# தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு முற்றம்

விலை ரூ. 15/– மலர் 20 - இதழ் 05 – செப்டம்பர் 2018 | Price : Rs. 15/- Vol : 20 - Issue : 05 - September 2018

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை | RURAL DEVELOPMENT & PANCHAYAT RAJ DEPARTMENT

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறைக்கு விருதுகள்

DDU-GKY திட்டத்தின் கீழ் “சாகர்மாலா திட்டக்” கருத்தரங்கு

**திரு. பிரவீன் பி நாயர்,** இ.ஆ.ப.,
முதன்மை செயல் அலுவலர்,
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்,
மேலாண்மை இயக்குநர், தமிழ்நாடு மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனம்,
திட்ட இயக்குநர், புதுவாழ்வு திட்டம்

**அன்புள்ள சுய உதவிக் குழு சகோதரிகளே,**

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் உறுப்பினர்களாகிய உங்களுடன் எனது கருத்துக்களைப் பரிமாறிக் கொள்ள ஒரு பாலமாக முற்றம் மாத இதழ் திகழ்கிறது. ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம், மகளிர் திட்டம் போன்ற நமது நிறுவனங்களின் செயல் பாடுகள் மட்டுமல்லாமல், பிற அரசு துறைகளின் செயல்பாடுகளையும் முற்றம் இதழ் வெளியிட்டு வருகிறது. சுய உதவிக் குழு மகளிருக்கு ஓர் சிறந்த வழிகாட்டியாகவும் முற்றம் மாத இதழ் திகழ்கிறது.

மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் வெற்றிக் கதைகள், கூட்டமைப்புகள் மற்றும் குழுக்களின் செயல்பாடுகள், மகளிருக்கான பயனுள்ள செய்தி கள், சுகாதாரம் குறித்த கட்டுரைகள் போன்றவற்றை முற்றம் மாத இதழ் வெளியிட்டு வருகிறது. இத்தகைய சிறந்த பணியை கடந்த இருபது ஆண்டுகளாக முற்றம் மாத இதழ் இடைவிடாது மேற்கொண்டு வருகிறது.

தமிழக அரசு கடந்த மாதங்களில் நடைபெற்ற சட்ட மன்றக் கூட்டத் தொடரில் மகளிர் முன்னேற்றத் திற்காக பல்வேறு அறிவிப்புகளை அறிவித்து, அதை சிறப்பாக செயல்படுத்தி வருகிறது. அது போன்று நமது நிறுவனத்தின் வாயிலாகவும் மகளிருக்கு பயன் தரும் பல்வேறு திட்டங்களை செயல்படுத்தி மகளிரின் வாழ்வில் வளம் பெறச் செய்கிறது.

பிளாஸ்டிக் பயன்பாட்டால் நமது சுற்றுச்சூழல் பாதிப்பதுடன், நிலத்தடி நீர்மட்டம் குறைகிறது. எனவேதான் தமிழக அரசு 2019 ஜனவரி முதல் பிளாஸ்டிக் பொருட்கள் பயன்படுத்துவதற்கு தடை விதித்துள்ளது. பிளாஸ்டிக் பொருட்களைப் பயன்படுத்துவதால் ஏற்படும் தீமைகளை உணர்ந்து பொதுமக்களாகிய நாம் அவற்றைப் பயன்படுத்துவதை முற்றிலுமாகத் தவிர்க்க வேண்டும்.

கடைகளுக்குச் செல்லும் போது துணி மற்றும் சணல் பைகளை எடுத்துச் செல்லலாம். பிளாஸ்டிக் பொருட்களுக்கு மாற்றாக வாழை நார், பனை ஓலை, சணல், துணி ஆகியவற்றால் செய்யப்படும் பைகள் மற்றும் பொருட்களைப் பயன்படுத்தலாம். இது போன்று சமூக அக்கறைக் கொண்டு வாழ நாம் பழகிக் கொண்டு, பிளாஸ்டிக் இல்லா தமிழகத்தை உருவாக்குவோம்.

வாழ்த்துகளுடன்,

**அன்புடன்,**

மேலாண்மை இயக்குநர்

# உள்ளே...


தனியார் நிறுவனங்களில் இளைஞர்களுக்கு வேலைவாய்ப்பு 09

அம்மா இருசக்கர வாகனங்கள் வாங்க மானியம் வழங்கும் விழா 07

முழு சுகாதார தமிழகம் முன்னோடி தமிழகம் 15

சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டம் 27

கேழ்வரகு கோதுமை ரவை இட்லி 12

அரையாண்டுத் திட்டமிடல் கூட்டம் 32

புதிய குடிநீர் சுத்திகரிப்பு நிலையம் 31


கவிதை, உடல் நலக் குறிப்புகள், சிறப்புக் கட்டுரைகள், சுய உதவிக் குழுக்கள் சம்பந்தப்பட்ட நிகழ்ச்சிகள் போன்றவை குறித்த விபரங்களை சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்கள் தக்க புகைப்படத்துடன் அனுப்பினால் அவைகளில் தகுதி வாய்ந்தவைகள் முற்றம் இதழில் பிரசுரிக்கப்படும். சுய உதவிக் குழுக்களின் வெற்றிக் கதைகள், குழுவின் செயல்பாடுகள் போன்றவற்றையும் புகைப்படத்துடன் அனுப்பினால், அவைகளும் முற்றம் இதழில் பிரசுரிக்கப்படும். முற்றம் இதழ் குறித்த தங்களின் விமர்சனங்களும், ஆலோசனைகளும் வரவேற்கப்படுகின்றன.

தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் மற்றும் மகளிர் திட்டம் ஆகிய–வற்றின் செயல்பாடுகள், சுய உதவிக் குழுக்கள் மற்றும் கூட்டமைப்புகளின் வெற்றிக் கதைகள், பயனுள்ள செய்திகள், அழகுக் குறிப்புகள் போன்ற செய்திகள் எங்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ளதாக உள்ளன. முற்றத்திற்கு நன்றி.

திருமதி. செல்லம் விஜயகுமார்,
வெண்மேகம் மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
விக்கிரவாண்டி, விழுப்புரம் மாவட்டம்

‘முழு சுகாதார தமிழகம் – முன்னோடி தமிழகம்’ என்ற திட்டத்தின் கீழ் தமிழகத்தை திறந்தவெளி கழிப்பிடம் இல்லாத மாநிலமாக மாற்ற செயல்பட்டு வரும் ஊரக வளர்ச்சித் துறையின் செய்திகளை வெளியிட்டு, மக்களிடையே விழிப்புணர்ச்சியை ஏற்படுத்தி வரும் முற்றத்திற்கு வாழ்த்துகள் பல.

திருமதி. சுவர்ணலதா ரவிச்சந்திரன்,
திருமால் மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
கடம்பத்தூர், திருவள்ளூர் மாவட்டம்.

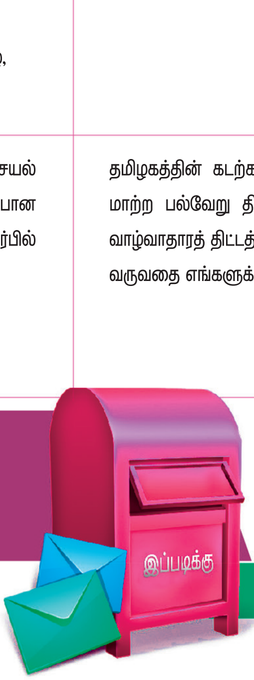
மகளிர் திட்டத்தின் செயல்பாடுகள் மட்டுமல்லாமல் பிற துறைகளின் செயல் பாடுகளையும் கட்டுரையாக வெளியிட்டு வரும் முற்றம் இதழ் மேலும் பல சிறப்பான செய்திகளை வெளியிட்டு, தொடர்ந்து சிறப்பாக வெளிவர எங்கள் குழுவின் சார்பில் வாழ்த்துகளைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

நிர்வாகிகள் மற்றும் உறுப்பினர்கள்,
உடையாப்பட்டி ஊராட்சி கூட்டமைப்பு,
உடையாப்பட்டி, சேலம் மாவட்டம்.

தமிழகத்தின் கடற்கரைப் பகுதியில் வாழும் மக்களின் வாழ்வாதாரத்தை வளமானதாக மாற்ற பல்வேறு திட்டங்களை மேற்கொண்டு வரும் சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் செயல்பாடுகளை வண்ணப்படத்துடன் முற்றம் இதழ் வெளியிட்டு வருவதை எங்களுக்கு ஊக்கமளிப்பதாக உள்ளது.

நிர்வாகிகள் மற்றும் உறுப்பினர்கள்,
கடல் சங்கு மகளிர் சுய உதவிக் குழு,
சன்னமங்கலம், நாகை மாவட்டம்.

## இப்படிக்கு




மின்னஞ்சல் : wdcmutram@yahoo.com
wdcmutram@gmail.com

www.tamilnadumahalir.org/mutram

ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித்துறை
தமிழ்நாடு ● மகளிர் மேம்பாட்டு ●
# முற்றம்
மலர் 20–இதழ் 05–செப்டம்பர் 2018 – விலை ரூ. 15/–

■ கௌரவ ஆசிரியர்
திரு. **பிரவீன் பி. நாயர்,** இ.ஆ.ப.,
முதன்மை செயல் அலுவலர்,
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

■ பதிப்பாளர் மற்றும் ஆசிரியர்
**எஸ். சின்னப்பன்**
செயலர், முற்றம்

■ நிர்வாக ஆசிரியர்கள்
ச. ப. கார்த்திகா, இ.ஆ.ப.,
முதன்மை செயல் அலுவலர்,
தமிழ்நாடு ஊரக புத்தாக்கத் திட்டம்

முனைவர். ஜே. யு. சந்திரகலா, இ.ஆ.ப.,
செயல் இயக்குநர்,
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

எஸ். ஜானகி,
டி.ஆர்.ஓ. / பொது மேலாளர்
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

■ ஆசிரியர் குழு
கோ. லட்சுமிபதி, கூடுதல் இயக்குநர்
ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை

பா. செல்வராஜன், கூடுதல் இயக்குநர்
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

ஜா. சம்பத், கூடுதல் இயக்குநர்
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

ஜே. கணேஷ் கண்ணா, கூடுதல் இயக்குநர்
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

ஜி. சரஸ்வதி கணேசன், கூடுதல் இயக்குநர்
தமிழ்நாடு ஊரக புத்தாக்கத் திட்டம்

சி. கே. வீரணன், கூடுதல் இயக்குநர்
தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

■ பொறுப்பாசிரியர்
சு. மகேஷ்வரன்
மக்கள் தொடர்பு அலுவலர்

■ துணை ஆசிரியர் முற்றம்
ஏ. கண்ணன்

■ முதுநிலை கணக்காளர்
சு. சசிகலா

■ பிழை திருத்துபவர்
எஸ். எஸ். ரவிச்சந்திரன்

■ கணினி வடிவமைப்பு
கோ. குருபிரசாத்

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி :
ஆசிரியர், ‘முற்றம்’
தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம்
அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகம்,
வள்ளுவர் கோட்டம் நெடுஞ்சாலை,
நுங்கம்பாக்கம், சென்னை – 600 034.

தொலைபேசி : 044 – 4211 9497
044 – 2817 3412 / 3413

தொலை நகல் : 044 – 2817 3409

முற்றம் இதழ் தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு
நிறுவனத்தின் ஆதரவுடன் வெளியிடப்படுகிறது.

## ஆசிரியரிடமிருந்து...

# இயற்கையின் மீது உரிமை உண்டா...?

அன்புள்ள வாசகர்களுக்கு,

உலகில் உள்ள எந்த ஒரு நாடும் நிலையான வளர்ச்சியடைய வேண்டுமெனில் சமூகம், பொருளாதாரம், கல்வி ஆகிய அம்சங்களுக்கு தொடர்புடைய வளர்ச்சிக்கான இலக்குகளை அடைய வேண்டும். இந்த இலக்குகளை அடைவது என்பது ஒவ்வொரு நாட்டிற்கும் பெரும் சவாலாகும். நமது இந்திய நாடு நிலையான வளர்ச்சிக்கான இலக்குகளை அடைவதற்கு எதிர்கொண்டுள்ள சவால்களில் ஒன்று பேரிடராகும். இயற்கை பேரிடர்களைத் தடுக்க முடியாது. ஆனால் பேரிடரால் ஏற்படும் சிரமங்களைக் குறைத்துக் கொள்வதற்காக பல்வேறு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள முடியும்.

இந்திய நாடு, மூன்று பக்கங்கள் கடலாலும், ஒரு பகுதி மலையாலும் சூழப்பட்டு இயற்கை சீற்றங்களால் எளிதில் பாதிக்கக் கூடிய பகுதியாக விளங்குகிறது. வெள்ளம், நில நடுக்கம், சுனாமி, புயல், வறட்சி போன்ற இயற்கை சீற்றங்கள் நாளுக்கு நாள் தொடர்ச்சியாக நிகழ்வதைக் காண முடிகிறது. இந்த இயற்கை சீற்றங்களால் உயிர்கள், உடைமைகள், வாழ்வாதாரங்கள் பாதிப்புகளுக்கு உள்ளாகின்றன. கட்டமைப்புகள் அழிந்து போகின்றன. மின்சாரம், போக்குவரத்து, தொலைத் தொடர்பு ஆகியவை துண்டிக்கப்பட்டு, ஒன்றுமே செய்ய இயலாத ஒரு ஸ்தம்பித்த நிலையைத்தான் பேரிடர் என்கிறோம். இதனால் நாட்டின் பொருளாதாரம் பெருமளவில் பாதிக்கப்பட்டு, அதனை ஈடு செய்வதற்குப் பல ஆண்டுகள் தேவைப்படுவதோடு, பெரும் தொகையும் தேவைப்படுகிறது. இவ்வாறு பேரிடரானது ஒரு நாட்டின் நிலையான வளர்ச்சியை சீர்குலைத்து விடுகிறது.

தமிழகத்தில் 2015ஆம் ஆண்டு சென்னை வெள்ளத்திற்குப் பிறகு தற்பொழுது கேரளா வெள்ளத்தில் மிதப்பதை காண்கின்றோம். இதற்கிடையில் வரதா போன்ற புயல்களால் பாதிப்புகளை சந்திக்க நேர்ந்தது. இவ்வாறு இயற்கை சீற்றங்கள் தொடர்ந்து கொண்டே இருப்பது நமது நாட்டிற்கு பெரும் அச்சுறுத்தலாகவே உள்ளது.

இயற்கையை அழிப்பதற்கு யாருக்கும் உரிமை கிடையாது. இயற்கை அமைப்பானது எவ்விதத்திலும் பாதிக்கப்படாமல் மனித குலத்தின் அத்தியாவசிய தேவைக்கு மட்டுமே இயற்கையைப் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். அளவிற்கு அதிகமாக இயற்கையை அழித்து ஆடம்பரத்திற்காக பயன்படுத்துவதால்தான் இயற்கையானது சீற்றம் கொண்டு மனிதர்களுக்கு பேரழிவை ஏற்படுத்துகிறது.

தென்மேற்குப் பருவமழை முடிந்து வடகிழக்கு பருவமழை தொடங்கும் மாதம் இது. அக்டோபர், நவம்பர், டிசம்பர் மாதங்களில் ஏற்படும் மழை பொழிவில் பெரும் வெள்ளம் மற்றும் புயல் ஏற்படக்கூடிய நிலையும் உருவாக்கலாம். எனவே, இந்த இயற்கை சீற்றங்களை எதிர் கொள்வதற்கும், இதனால் ஏற்படும் சிரமங்களைக் குறைத்து கொள்வதற்கு அரசுடன் நாமும் தயார் நிலையில் இருப்போம். ■

இப்படிக்கு,

(எஸ். சின்னப்பன்)
பதிப்பாளர் மற்றும் ஆசிரியர், முற்றம்

# தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம்

சென்னை தலைமைச் செயலகத்தில் 23.08.2018 அன்று, மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் திரு. எடப்பாடி கே. பழனிசாமி அவர்கள் ‘பிளாஸ்டிக் மாசில்லா தமிழகம்’ உருவாக்கிட மாநில அளவில் பிரச்சாரத்தினை துவக்கி வைக்கும் விதமாக, அதற்கான இலச்சினையை (Logo) அறிமுகம் செய்து வைத்து, தமிழ்நாடு அரசின் ‘பிளாஸ்டிக் மாசில்லா தமிழகம்’ உருவாக்கிட விளம்பரத் தூதுவராக நியமிக்கப்பட்டுள்ள திரைப்பட நடிகர் திரு. விவேக் அவர்களுக்கு, துணிப்பை மற்றும் சணல் பைகளை வழங்கினார்கள். இந்நிகழ்வின் போது மாண்புமிகு துணை முதலமைச்சர் திரு. ஓ. பன்னீர்செல்வம் அவர்கள், மாண்புமிகு அமைச்சர் பெருமக்கள், நாடாளுமன்ற சட்டமன்ற உறுப்பினர்கள், தமிழ்நாடு அரசு தலைமைச் செயலாளர் முனைவர். கிரிஜா வைத்தியநாதன், இ.ஆ.ப., ஆகியோர் உடனிருந்தனர். ■

அட்டைப்பட செய்தி – சென்னை தலைமைச் செயலகத்தில் 14.09.2018 அன்று, மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் திரு. எடப்பாடி கே. பழனிசாமி அவர்களை, மாண்புமிகு நகராட்சி நிர்வாகம், ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் சிறப்புத் திட்டங்கள் செயலாக்கத் துறை அமைச்சர் திரு. எஸ். பி. வேலுமணி அவர்கள் சந்தித்து, 11.09.2018 அன்று புதுடெல்லியில் நடைபெற்ற விழாவில், தமிழ்நாட்டில் மகாத்மா காந்தி தேசிய ஊரக வேலை உறுதித் திட்டத்தை சிறப்பாக செயல்படுத்தியதற்காக வழங்கப்பட்ட தேசிய அளவிலான 3 மாநில விருதுகள், மகாத்மா காந்தி தேசிய ஊரக வேலை உறுதித் திட்டத்தை சிறப்பாக செயல்படுத்தியதற்காக திருவண்ணாமலை மற்றும் தஞ்சாவூர் ஆகிய மாவட்டங்களுக்கு வழங்கப்பட்ட தேசிய அளவிலான 2 மாவட்ட விருதுகள், கிராம ஸ்வராஜ் அபியான் இயக்கத்தின் கீழ் 7 முக்கிய திட்டங்களை சிறப்பாக செயல்படுத்தியதற்காக தூத்துக்குடி மாவட்டத்திற்கு வழங்கப்பட்ட தேசிய அளவிலான மாவட்ட விருது ஆகியவற்றை காண்பித்து வாழ்த்து பெற்றார். ■

# DDU-GKY திட்டத்தின் கீழ் "சாகர்மாலா திட்டக்" கருத்தரங்கு

தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் – தீன் தயாள் உபாத்தியாய கிராமின் கௌசல்ய யோஜனா (DDU-GKY) திட்டத்தின் கீழ் 'சாகர்மாலா திட்டம்' குறித்து மண்டல அளவிலான ஒருநாள் கருத்தரங்கு 03.08.2018 அன்று சென்னையில் நடைபெற்றது. கடலோரப் பகுதி வாழ் மக்களின் வாழ்வாதாரத்தை மேம்படுத்தவும், அப்பகுதி மக்களுக்குத் தேவையான திறன் வளர்ப்பு பயிற்சி அளித்திடவும் உருவாக்கப்பட்டது சாகர்மாலா (Sagar Mala) எனும் திட்டமாகும்.

மத்திய ஊரக வளர்ச்சித் துறை அமைச்சரகம், மத்திய கப்பல்துறை அமைச்சகம் மற்றும் தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் இணைந்து நடத்திய இக்கருத்தரங்கினை ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித்துறை கூடுதல் தலைமைச் செயலாளர் திரு. ஹன்ஸ்ராஜ் வர்மா, I.A.S., அவர்கள் தலைமையேற்று துவக்கி வைத்ததுடன், சாகர் மாலா திட்டத்தின் அவசியம் குறித்து விவரித்தார்.

இக்கருத்தரங்கில் தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் முதன்மை செயல் அலுவலர் திரு. பிரவீன் P. நாயர், I.A.S., அவர்கள் வரவேற்று பேசியதுடன், இக்கருத்தரங்கின் நோக்கம் குறித்தும் விளக்கினார்.

துவக்க விழா நிகழ்ச்சிக்குப் பின் நடைபெற்ற முதல் அமர்வு 'கடல் மற்றும் துறைமுகம் சார்ந்த பகுதிகளில் வளர்ந்து வரும் வேலைவாய்ப்புகள் மற்றும் சவால்கள்' எனும் தலைப்பில் மத்திய கப்பல் துறையின் ஆலோசகர் திரு. சாரடா பிரசாத், I.A.S., (Rtd.,) அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. இவ் அமர்வில் Dr. G. S. சமீரன், I.A.S., இயக்குநர், தமிழ்நாடு மீன்வளத்துறை அவர்களும், திரு. V. விஷ்ணு வேணுகோபால், I.A.S., OSD, V. O. சிதம்பரனார் துறைமுகக் கழகம் அவர்களும் கலந்து கொண்டு, கடலோர / துறைமுகம் சார்ந்த திட்டங்கள் குறித்தும், வாய்ப்புகள் குறித்தும் விவாதித்தனர்.

அதனைத் தொடர்ந்து 'திட்டத்தை சிறப்பாக செயல்படுத்துவதற்கான நிர்வாகத்தின் பங்கு' எனும் தலைப்பில் நடைபெற்ற இரண்டாம் அமர்வு தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் முதன்மை செயல் அலுவலர் அவர்களின் தலைமையில் நடைபெற்றது. நிகழ்ச்சியின் இறுதியில் திட்டத்தின் முதன்மை இயக்க அலுவலர் / கூடுதல் இயக்குநர் திரு. J. கணேஷ் கண்ணா அவர்கள் நன்றி கூறினார்.

NIRD நிறுவனத்திலிருந்து திரு. சங்கர் தட், திட்ட செயலாக்க முதன்மை சார்ந்த பிரதிநிதிகள், கடல்சார் பல்கலைக்கழக பிரதிநிதிகள், மகளிர் திட்ட இயக்குனர்கள் ஆகியோர் கலந்து கொண்டனர். இக்கருத்தரங்குடன் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்கள் கண்காட்சி, புகைப்படக் கண்காட்சி ஆகிய ஏற்பாடுகளை DDU-GKY மாநில திட்ட மேலாளர் திரு. G. குமரன், உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் திரு. M. வால்டர் பால், திரு. V. சம்பத், திரு. V. வீரமணி, திரு. R. ரோஸாரியோ, TSA அலுவலர்கள் மற்றும் அலுவலகப் பணியாளர்கள் ஏற்பாடு செய்திருந்தனர். ■

# உழைக்கும் மகளிருக்கு அம்மா இருசக்கர வாகனங்கள் வாங்க மானியம் வழங்கும் விழா

காஞ்சிபுரம் மாவட்டத்தில் 15.09.2018 அன்று நடைபெற்ற அரசு நலத் திட்ட உதவிகள் வழங்கும் விழாவில், மாண்புமிகு தமிழ்நாடு முதலமைச்சர் திரு. எடப்பாடி கே. பழனிசாமி அவர்கள் கலந்து கொண்டு, உழைக்கும் மகளிருக்கு மானிய விலையில் அம்மா இருசக்கர வாகனங்கள் மற்றும் பல்வேறு பயனாளிகளுக்கு நலத் திட்ட உதவிகளை வழங்கி விழாப் பேருரையாற்றினார்கள்.

இவ்விழாவில், மாண்புமிகு வருவாய் மற்றும் பேரிடர் மேலாண்மைத் துறை அமைச்சர் திரு. ஆர். பி. உதயகுமார் அவர்கள், ஊரக தொழில் துறை அமைச்சர் திரு. பா. பென்ஜமின் அவர்கள், நாடாளுமன்ற, சட்டமன்ற உறுப்பினர்கள், காஞ்சிபுரம் மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. பா. பொன்னையா, இ.ஆ.ப., அவர்கள் மற்றும் அரசு உயர் அலுவலர்கள், பொதுமக்கள் கலந்து கொண்டனர்.■

வேலூர் மாவட்ட தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பில் உழைக்கும் மகளிருக்கு அம்மா இரு சக்கர வாகனங்கள் வழங்கும் திட்டத் தின் கீழ் மானியத் தொகை வழங்கும் விழா 08.09.2018 அன்று வேலூர் மாவட்ட ஆட்சியர் அலுவலக வளாகத்தில் வேலூர் மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. சி. அ. ராமன், இ.ஆ.ப., அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. இவ்விழாவில் மாண்புமிகு வணிகவரி மற்றும் பத்திரப்பதிவுத் துறை அமைச்சர் திரு. கே. சி. வீரமணி அவர்களும், மாண்புமிகு தொழிலாளர் நலத்துறை அமைச்சர் திருமதி. நீலோபர் கபில் அவர்களும் கலந்து கொண்டு, 500 மகளிருக்கு அம்மா இருசக்கர வாகனங்கள் வாங்குவதற்கான மானியத்தினை வழங்கி விழாப் பேருரையாற்றினர்.

முன்னதாக விழாவிற்கு வருகை தந்த அனைவரையும் வேலூர் மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர் திரு. ஆ. ரா. சிவராமன் அவர்கள் வரவேற்றார்.

இவ்விழாவில் 500 பயனாளிகளுக்கு தலா ரூ. 25,000/– வீதம் ரூ. 1 கோடியே இருபத்து ஐந்து இலட்சம் மானியமாக வழங்கப்பட்டது.

நாடாளுமன்ற, சட்டமன்ற உறுப்பினர்கள், மாநகராட்சி, நகராட்சி ஆணையர்கள், பேரூராட்சி செயல் அலுவலர்கள், மகளிர் திட்ட உதவித் திட்ட அலுவலர்கள், வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்கள் மற்றும் பிற அரசுத் துறை அலுவலர்கள் இவ்விழாவில் கலந்து கொண்டு சிறப்பித்தனர். ■

## வங்கியாளர்களுக்கான கருத்துப்பட்டறை

திருவண்ணாமலை மாவட்டத்தில் உள்ள வங்கியாளர்களுக்கான கருத்துப் பட்டறை 24.08.2018 அன்று திருவண்ணாமலை மாவட்ட ஊரக வளர்ச்சி முகமை அலுவலக ஆய்வுக் கூட்ட அரங்கில், திருவண்ணாமலை மாவட்ட ஆட்சியர் தலைமையில் நடைபெற்றது. தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் கூடுதல் செயல் இயக்குநர் திரு. சி. கே. வீரணன் அவர்கள், மாவட்ட ஊரக வளர்ச்சி முகமை திட்ட இயக்குநர், திருவண்ணாமலை மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத் தின் திட்ட இயக்குநர் / இணை இயக்குநர் திருமதி. பா. ஜெயசுதா அவர்கள், திருவண்ணாமலை மத்திய கூட்டுறவு சங்கத்தின் இணைப்பதிவாளர், முன்னோடி வங்கி மேலாளர் AGM - Nabard மற்றும் அனைத்து வங்கி மேலாளர்கள், வங்கி ஒருங்கிணைப்பாளர்கள், மகளிர் திட்ட உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் கலந்து கொண்டனர்.

இந்தக் கருத்துப் பட்டறையில், ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் செயல்படும் பகுதி களில் உள்ள சமுதாய வங்கி ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் மற்றும் கடன் திருப்பம் செய்யும் குழு (CBRM)வின் செயல்பாடுகள், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு, மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் கடன் இணைப்பு, கணக்குப் பராமரிப்பு மற்றும் தர மதிப்பீடு தொடர்பான விவரங்கள் கலந்தாலோசிக்கப்பட்டன. ■

## நிதி உள்ளாக்கம் மற்றும் நிதி சார் கல்வி தொடர்பான பயிற்சி

தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் மூலம் புதுக்கோட்டை மாவட்டத்திலுள்ள அனைத்து வங்கியாளர்களுக்கும் நிதி உள்ளாக்கம் மற்றும் நிதிசார் கல்வி (Oriendation Programe on Financial Inclution & Financial Literacy) தொடர்பான ஒருநாள் பயிற்சி 21.08.2018 அன்று முதல் கட்டமாக வங்கி மேலாளர்கள், சமுதாய வங்கி ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் மற்றும் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு பொறுப்பாளர்கள் ஆகியோர்களுக்கு புதுக்கோட்டை ஊராட்சி ஒன்றிய அலுவலகத்தில் நடத்தப்பட்டது. தொடர்ந்து 2018 ஆகஸ்ட் 24, 27, 28 மற்றும் 29 ஆகிய தேதிகளில் 5 கட்டமாக இப்பயிற்சி நடத்தப்பட்டது.

புதுக்கோட்டை மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. சு. கணேஷ், இ.ஆ.ப., அவர்கள் மேற்படி பயிற்சி தலைமை தாங்கி துவக்கி வைத்தார். தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் கூடுதல் செயல் இயக்குநர் திரு. சி. கே. வீரணன் அவர்கள், புதுக்கோட்டை மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத் தின் திட்ட இயக்குநர் திருமதி. ச. சரோஜாதேவி அவர்கள், உதவித் திட்ட அலுவலர் திரு. எஸ். சீனிவாசன், முன்னோடி வங்கி மேலாளர் (IOB), திரு. சி. ராஜசேகர், இந்தியன் ஓவர்சீஸ் வங்கி காரைக்குடி மண்டல முதுநிலை மேலாளர் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர். ■

## சிறப்பாக செயல்பட்ட வங்கியாளர்களுக்குப் பாராட்டு

நாகப்பட்டினம் மாவட்டத்தில் செயல்படும் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வங்கிக் கடன் இணைப்பு வழங்குவது குறித்த வங்கியாளர்கள் ஆய்வுக் கூட்டம் நாகப்பட்டினம் மாவட்ட ஆட்சியர் அலுவலக வளாகத்தில் 31.08.2018 அன்று நடைபெற்றது. நாகப்பட்டினம் மாவட்ட ஆட்சியர் முனைவர் சீ. சுரேஷ்குமார், இ.ஆ.ப., அவர்கள் இந்நிகழ்ச்சியில் கலந்து கொண்டு, 2016–17 ஆம் ஆண்டில் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு கடன் இணைப்பு வழங்குவதில் மாவட்ட அளவில் சிறப்பாக செயல்பட்ட இந்தியன் ஓவர்சீஸ் வங்கி, இந்தியன் வங்கி (வாய்மேடு), கனரா வங்கி (மங்கநல்லூர்), பாலக்குறிச்சி தொடக்க வேளாண்மை வங்கி ஆகியவற்றுக்கு விருதுகள் மற்றும் பாராட்டுச் சான்றிதழ்களை வழங்கினார்.

இந்நிகழ்வில் நாகப்பட்டினம் மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர் திரு. க. இளங்கோ அவர்கள், முன்னோடி வங்கி மேலாளர், உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் மற்றும் மாவட்ட வங்கி ஒருங்கிணைப்பாளர்கள் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர். ■

# தனியார் நிறுவனங்களில் இளைஞர்களுக்கு வேலைவாய்ப்பு பெற்றுத் தரும் வேலைவாய்ப்பு முகாம்

படித்த இளைஞர்களுக்கு தனியார் நிறுவனங்களில் வேலைவாய்ப்பு பெற்றுத் தரும் முகாம்கள், தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பில் தமிழகத்தின் அனைத்து மாவட்டங்களிலும் நடைபெற்று வருகிறது. இம்முகாம்களின் மூலம் ஏராளமான இளைஞர்கள் வேலைவாய்ப்பு பெற்று வருகின்றனர்.

திண்டுக்கல் மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பில், வேடசந்தூர் மற்றும் குஜிலியாம்பாறை ஒன்றியங்களைச் சேர்ந்த இளைஞர்களுக்கு தனியார் நிறுவனங்களில் வேலைவாய்ப்பு பெற்றுத் தரும் வேலை வாய்ப்பு முகாம், 04.08.2018 அன்று வேடசந்தூர் அரசு ஆண்கள் மேல்நிலைப் பள்ளியில் திண்டுக்கல் மாவட்ட ஆட்சியர் டாக்டர். டி. ஜி. வினய், இ.ஆ.ப., அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது.

இம்முகாமினை மாண்புமிகு வனத்துறை அமைச்சர் திரு. திண்டுக்கல் சி. சீனிவாசன் அவர்கள் துவக்கி வைத்து விழா பேருரையாற்ற, மாண்புமிகு மக்களவை துணை சபாநாயகர் டாக்டர். மு. தம்பித்துரை அவர்கள் 80 இளைஞர்களுக்கு தனியார் நிறுவனங்களில் பணி புரிவதற்கான ஆணைகளை வழங்கி சிறப்புரையாற்றினார். இவ்விழாவில் வேடசந்தூர் சட்டமன்ற உறுப்பினர் டாக்டர் வி. பி. பி. பரமசிவம் அவர்கள், திண்டுக்கல் மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர் திரு. மா. சிவக்குமார் அவர்கள், உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர். இம்முகாமில் தருமபுரி, ஈரோடு, கரூர், சென்னை, திருப்பூர், சேலம், பெங்களூர், கோயமுத்தூர் ஆகிய ஊர்களில் செயல்படும் தனியார் நிறுவனங்களும், பணி வேண்டி 1473 இளைஞர்களும் கலந்து கொண்டனர். ■

---

தருமபுரி மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பில் தருமபுரி அரசினர் கலைக் கல்லூரியில் 25.08.2018 அன்று நடைபெற்ற வேலைவாய்ப்பு முகாமில் மாண்புமிகு உயர்கல்வித் துறை அமைச்சர் திரு. கே. பி. அன்பழகன் அவர்கள் கலந்து கொண்டு, 225 நபர்களுக்கு பல்வேறு தனியார் நிறுவனங்களில் பணி நியமன ஆணைகளை வழங்கி விழாப் பேருரையாற்றினார்.

தருமபுரி மாவட்ட ஆட்சியர் திருமதி. எஸ். மலர்விழி, இ.ஆ.ப., அவர்களின் தலைமையில் நடைபெற்ற இவ்விழாவில், மாவட்ட ஊரக வளர்ச்சி முகமை திட்ட இயக்குநர் திரு. எம். காளிதாசன் அவர்கள், தருமபுரி மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர் திரு. நா. சரவணன் அவர்கள், சார் ஆட்சியர் திரு. சிவன் அருள், இ.ஆ.ப., அவர்கள், கல்லூரி முதல்வர் (பொ) திரு. ராஜேந்திரன் அவர்கள், உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் திரு. ஈ. ஜான்பால் அந்தோணி, திரு. அ. கணேசன் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர்.

இம்முகாமில் தமிழகத்தின் பல்வேறு மாவட்டங்களில் செயல்படும் 101 தனியார் நிறுவனங்களும், 1300க்கும் மேற்பட்ட இளைஞர்களும் கலந்து கொண்டதில், 473 இளைஞர்கள் தனியார் நிறுவனங்களில் பணியாற்ற தேர்வு செய்யப்பட்டுள்ளனர். ■

---

## நலத் திட்ட உதவிகள் வழங்குதல்

கிருஷ்ணகிரி மாவட்டம், வேப்பனப்பள்ளி ஊராட்சியில் 04.08.2018 அன்று நடைபெற்ற அரசு நலத் திட்ட உதவிகள் வழங்கும் விழாவில், மாண்புமிகு இளைஞர் நலன் மற்றும் விளையாட்டுத் துறை அமைச்சர் திரு. பா. பாலகிருஷ்ணா ரெட்டி அவர்கள் கலந்து கொண்டு, தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் சார்பில் அம்மா இருசக்கர வாகனங்கள் வாங்க மானியம், சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வங்கிக் கடன் இணைப்பு போன்ற நலத்திட்ட உதவிகளை வழங்கினார். இந்நிகழ்ச்சியில் கிருஷ்ணகிரி மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. சி. கதிரவன், இ.ஆ.ப., அவர்கள், கிருஷ்ணகிரி மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர் திருமதி. எஸ். உமா மகேஸ்வரி அவர்கள், உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் மற்றும் சுய உதவிக் குழுக்களின் உறுப்பினர்கள் கலந்து கொண்டனர். ■

# ஆடிப்பூரத் தேர் திருவிழா கண்காட்சி மற்றும் விற்பனை

விருதுநகர் மாவட்டம், திருவில்லிப்புத்தூர் ஆடிப்பூரத் தேர் திருவிழாவை முன்னிட்டு, 04.08.2018 முதல் 13.08.2018 முடிய 10 நாட்கள் திருவில்லிப்புத்தூர் செர்கூர் திருமண மண்டபத்தில் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் உற்பத்திப் பொருட்கள் விற்பனைக் கண்காட்சியினை விருதுநகர் மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர் திரு. இரா. தெய்வேந்திரன் அவர்கள் துவக்கி வைத்தார்.

இந்நிகழ்ச்சியில் உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் திரு. பால்ராஜ், திரு. சிவக்குமார், திரு. முருகன், திரு. இராமர், விருதுநகர் மாவட்ட வழங்கல் மற்றும் விற்பனை சங்க மேலாளர் திரு. கிறிஸ்டோபர், வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்கள், துணை வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்கள், களத்தொகுதி வழிநடத்துநர்கள், சுய உதவிக் குழுக்களின் உறுப்பினர்கள் உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர்.

இக்கண்காட்சியில் விருதுநகர், தூத்துக்குடி, மதுரை, சிவகங்கை, திண்டுக்கல், கோவை, திருவாரூர், திருச்சி, சென்னை, ஈரோடு, காஞ்சிபுரம் ஆகிய மாவட்டங்களில் செயல்படும் 20 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் கலந்து கொண்டு தங்களின் உற்பத்திப் பொருட்களை விற்பனை செய்தனர். ■

# முற்றம் இதழ்

**சுய உதவிக் குழுக்களின் செயல்பாடுகளை அறிந்திட முற்றம் படியுங்கள்!**
**முற்றம் மேலும் மேலும் வளர்ந்திட**
**உங்களின் ஆதரவை தாருங்கள்! முற்றத்திற்கு சந்தா செலுத்திடுங்கள்!!**

### முற்றம் இதழின் சந்தா விபரம்

| | |
|---|---|
| ஒரு ஆண்டு சந்தா | ரூ. 180/- |
| இரண்டு ஆண்டு சந்தா | ரூ. 360/- |
| மூன்று ஆண்டு சந்தா | ரூ. 540/- |

### விளம்பரக் கட்டணம்

| | |
|---|---|
| அட்டையில் | ரூ. 75,000/- |
| அட்டையின் 2வது பக்கம் | ரூ. 50,000/- |
| அட்டையின் 3வது பக்கம் | ரூ. 50,000/- |
| அட்டையின் பின்பக்கம் | ரூ. 50,000/- |
| புத்தகத்தின் உள்பக்கம் | ரூ. 35,000/- |

முற்றத்திற்கு செலுத்தும் சந்தாத் தொகையினை 'முற்றம்' (MUTRAM) என்ற பெயரில் சென்னையில் மாற்றத் தகுந்த வகையில் வங்கி வரைவோலையாக எடுத்து அனுப்பவும். வரைவோலையுடன் உங்கள் பெயர், குழுவின் பெயர், கதவு எண், தெருவின் பெயர், ஊராட்சியின் பெயர், தாலுக்கா, மாவட்டம் மற்றும் அஞ்சலக எண் ஆகியவற்றை அவசியம் குறிப்பிட்டு அனுப்பவும்.

# நெகிழி இல்லா நம்ம நெல்லை

நெழிகி இல்லா நெல்லை மாவட்டத்தை உருவாக்கும் பொருட்டு, நெகிழிக்கு மாற்றுப் பொருள் உற்பத்தியை பெருக்கும் விதமாக நெகிழி இல்லா நம்ம நெல்லை – துணிப் பைகள் தயாரிக்கும் பணி மகளிர் திட்டம் மூலமாக மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகிறது. இப்பைகள் தயாரிக்கும் பணியினை தற்போது 5 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் மாவட்ட வணிக வளாகத்தில் மேற்கொண்டு வருகின்றனர்.

நாள் ஒன்றுக்கு 300 பைகள் தயாரிக்கப்பட்டு வருகிறது. இந்தத் துணிப்பைகளின் குறைந்தபட்ச விலை ரூ. 5/– முதல் ரூ. 30/– வரை மக்கள் விரும்பும் வகையில் பல்வேறு வடிவங்களில் தயாரிக்கப்பட்டு வருகிறது. நெகிழிக்கு மாற்றுப் பொருட்களை மக்கள் அறியும் வகையில் வாரந்தோறும் மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் வளாகத்தில் நடைபெறும் மக்கள் குறைதீர்க்கும் மனுநாளில் காட்சி மற்றும் விற்பனைக்கு வைக்கப்படுகிறது. இப்பணியினை அனைத்து வட்டாரங்களிலும் செயல்படுத்தும் விதமாக வட்டாரம் வாரியாக ஒத்தத் தொழில் குழுக்கள் அமைக்கும் பணி நடைபெற்று வருகிறது.

# வாழ்வாதாரத் திட்டத்தினால் கிடைத்த வளம்

நாகப்பட்டினம் மாவட்டம், நாகூர், குயவர் தெருவில் வசித்து வருபவர் எஸ். குணசேகரன் (வயது 38), இவர் தான் வசிக்கும் பகுதியில் சௌமியா என்ற பெயரில் சிறிய தையல் கடை ஒன்றை வைத்து துணிகள் தைத்துக் கொடுத்து குறைந்த அளவில் வருவாய் பெற்று வந்தார். இந்நிலையில் தேசிய நகர்ப்புற வாழ்வாதார இயக்கம் மூலம் முத்ரா லோன் குறித்த விபரங்களை அறிந்து, நாகூர் கும்பகோணம் மத்திய கூட்டுறவு வங்கியில் முத்ரா லோன் ரூ. 50,000/– வேண்டி விண்ணப்பித்து கடன் பெற்றார்.

அந்தத் தொகையைக் கொண்டு, நவீன இயந்திரங்களை வாங்கி தனது தையல் கடையினை விரிவுபடுத்திய குணசேகரன், தற்போது அதிக அளவிலான துணிகளை தைத்துக் கொடுத்து அதிக அளவில் வருவாய் பெறுவதுடன், மாதந்தோறும் ரூ. 5,000/– வரை சேமிப்பதாகவும் கூறுகிறார். தனக்கு இந்த வாய்ப்பை ஏற்படுத்திக் கொடுத்த தேசிய நகர்ப்புற வாழ்வாதார இயக்கத்திற்கு தனது நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறார் குணசேகரன். ■

# காமராஜர் மாற்றுத் திறனாளர் குழுவின் வெற்றிக் கதை

கிருஷ்ணகிரி மாவட்டம், காவேரிப்பட்டினம் ஒன்றியம், தட்டரஹள்ளி ஊராட்சி, ஓட்டப்பள்ளி கிராமத்தில் தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் சார்பில் அமைக்கப்பட்ட கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் மூலம் அப்பகுதியில் செயல்படும் காமராஜர் மாற்றுத் திறனாளி குழுவிற்கு ரூ. 50,000/– வங்கிக் கடன் பெற்றுத் தரப்பட்டது. அந்தத் தொகையினைக் கொண்டு தென்னை ஓலைகளை கொள்முதல் செய்து தென்னை துடைப்பம் தயாரித்து விற்பனை செய்து வருகின்றனர். மேலும் இக்குழுவிற்கு CIF நிதியாக ரூ. 50,000/– வழங்கப்பட்டுள்ளது.

தற்போது காமராஜர் மாற்றுத் திறனாளர் சுய உதவிக் குழுவின் உறுப்பினர்கள் தாங்கள் தயாரிக்கும் துடைப்பங்களை உள்ளூர் மற்றும் வெளியூர் சந்தைகள் மற்றும் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்திப் பொருட்கள் விற்பனைக் கண்காட்சிகள் போன்றவற்றின் மூலம் விற்பனை செய்து வருகின்றனர். இதன் மூலம் இக்குழுவின் உறுப்பினர்கள் அனைவரும் மாதந்தோறும் கணிசமான அளவில் வருவாய் பெற்று வருகின்றனர்.

தங்களின் முன்னேற்றத்திற்கு பெரிதும் உறுதுணையாக இருந்த தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கம் மற்றும் கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம் ஆகியவற்றிற்கும், அதன் அலுவலர்களுக்கும் காமராஜர் மாற்றுத் திறனாளிகள் சுய உதவிக் குழுவின் உறுப்பினர்கள் தங்களின் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றனர். ■

## கேழ்வரகு கோதுமை ரவை இட்லி

### தேவையான பொருட்கள்

கேழ்வரகு மாவு – 1 கப், கோதுமை ரவை – 1 கப், கெட்டியான தயிர் – 3 கப், துருவிய கேரட் – 1 கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு – தலா 1 டீஸ்பூன், முந்திரி, வேர்க்கடலை, கறிவேப்பிலை – சிறிது, உப்பு, எண்ணெய் – தேவையான அளவு.

### செய்முறை

ஒரு பாத்திரத்தில் கேழ்வரகு மாவு, கோதுமை ரவை, துருவிய கேரட், தேவையான அளவு உப்பு ஆகியவற்றை சேர்த்து, அத்துடன் தயிர் ஊற்றி வேண்டுமானால் தண்ணீர் சேர்த்து இட்லி மாவு பதத்திற்கு கலந்து கொள்ள வேண்டும்.

பிறகு ஒரு வாணலியை அடுப்பில் வைத்து, அதில் சிறிது எண்ணெய் ஊற்றவும். எண்ணெய் காய்ந்ததும், அதில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலை பருப்பு, கறிவேப்பிலை, முந்திரி, வேர்க்கடலை ஆகியவற்றைப் போட்டு, தாளித்து, கலந்து வைத்துள்ள மாவில் ஊற்றி கிளறி, ஒரு மணி நேரம் ஊற வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பின்பு இட்லி பாத்திரத்தை அடுப்பில் வைத்து, அதில் கலந்து வைத்துள்ள இட்லி மாவை இட்லிகளாக ஊற்றி வேக வைத்து எடுத்தால், சுவையான கேழ்வரகு கோதுமை ரவை இட்லி தயார். சுவையும் சத்தும் நிறைந்த கேழ்வரகு ரவை இட்லி அனைவருக்கும் பிடித்தமான ஒரு உணவாகும். ■

## உடலுக்கு நன்மை தரும் தானியங்கள்

நாம் உண்ணும் உணவில் என்ன சத்துக்கள் உள்ளன என்பது தெரியாமல் உடல் நலத்திற்கு ஒவ்வாத உணவுகளை நாம் சாப்பிடுகிறோம். நம் உடல் நலத்தைக் காக்கும் இயற்கை உணவுகள் குறித்து காணலாம்.

**அரிசி** – அரிசியில் பச்சரிசி, புழுங்கல் அரிசி என்பவை குறிப்பிடத்தக்கவை. பச்சரிசி எளிதில் ஜீரணிக்காது. கொழுப்புச் சத்தை அதிகமாக்கும். இதனால் உடல் பருமனாகும். உடல் இளைத்தவர்கள் பச்சரிசி சாப்பிடலாம். வயிறு தொடர்பான நோய் உள்ளவர்கள் பச்சரியை தவிர்க்க வேண்டும்.

புழுங்கல் அரிசி உடல் நலனுக்கு ஏற்றது. மலச்சிக்கல் ஏற்படாது. சீரக சம்பா ஆரம்ப நிலை வாத நோய்களைப் போக்க வல்லது. ஈர்க்குச் சம்பா அரிசி சாப்பிட ருசியானது. ஆனால் பித்தம் கூடும். குண்டு சம்பா, மிளகு சம்பா, மல்லிகை சம்பா, மணிச்சம்பா, கோரைச் சம்பா, கடைச் சம்பா, குறுஞ்சம்பா போன்ற அரிசி வகைகள் மருத்துவ குணம் நிறைந்தவை.

**சோளம்** – சோளத்தில் உடலுக்கு அவசியமான புரதம், இரும்பு, கால்சியம் போன்ற சத்துக்கள் அடங்கி உள்ளன. சோள உணவுகள் வயிற்றுப் புண்ணை ஆற்றும். சோள உணவுகளை மூல நோயாளிகள் சாப்பிடக் கூடாது.

**கம்பு** – கம்பு உணவுகள் பாலூட்டும் தாய்மார்களுக்கு ஏற்றது. அரிசியை விட பல மடங்கு சத்து மிகுந்த கம்பு உணவு, ஜீரண சக்தியை அதிகரிக்கும். உடல் பருமனைக் குறைக்கும்.

**சாமை** – சாமை உணவுகள் அனைத்து வயதினருக்கும் ஏற்றது. வயிறு சம்பந்தமான நோய்களைக் கட்டுப்படுத்தும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும். நீரிழிவு நோயாளிகள் கூட சாமை உணவுகளை சாப்பிடலாம்.

**வரகு** – வரகில் புரதம், இரும்பு மற்றும் சுண்ணாம்புச் சத்து போன்றவை உள்ளன. இதனை அரிசிக்கு மாற்றாகப் பயன்படுத்தி, இட்லி, தோசை, ஆப்பம், பொங்கல் என்று வகை வகையாக செய்து சாப்பிடலாம். மாதவிடாய் கோளாறு உடைய பெண்கள் வரகைச் சமைத்துச் சாப்பிடுவது நல்லது.

**கேழ்வரகு** – தானியங்களில் அதிக சத்து மிகுந்த கேழ்வரகை, ராகி என்றும் சொல்வார்கள். இது உடல் உஷ்ணத்தை சமநிலையில் வைத்திருக்கும். குடலுக்கு வலிமை அளிக்கும். நீரிழிவு நோயாளிகள் கூட கேழ்வரகால் செய்த பண்டங்களைச் சாப்பிடலாம்.

**கோதுமை** – அரிசியை விட கோதுமையில் அதிகமான சத்துக்கள் உள்ளன. எண்ணை, நெய் சேர்க்காது சப்பாத்தியாக செய்து சாப்பிடுவது உடல் நலனுக்கு உகந்ததாகும். கோதுமையில் புரதம், சர்க்கரை, சுண்ணாம்பு, பாஸ்பரஸ், இரும்பு, கரோட்டின், நியாசிக் போன்ற பல சத்துக்கள் உள்ளன. இது நீரிழிவு நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு சிறந்த உணவாகும்.

**பார்லி** – குழந்தைகள் முதல் முதியவர்கள் வரை சாப்பிடத் தகுந்தது பார்லி. இதைக் கஞ்சியாக காய்ச்சி நோயாளிகளும் சாப்பிடலாம். உடலில் உள்ள தேவையற்ற நீரை வெளியேற்றி எடையைக் குறைக்கும். மலச்சிக்கல் உள்ளவர்கள் பார்லியை சாப்பிட்டால் குணமாகும். காய்ச்சலை தடுக்கும். குடல் புண்ணை ஆற்றும். இருமலைத் தணிக்கும். ■

## மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு கடன் வழங்கிட வங்கியாளர்களுக்கு பயிற்சி

வேலூர் மாவட்டம், வெல்மா கூட்ட அரங்கில், மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வங்கிக் கடன் வழங்கிடும் பொருட்டு, அனைத்து வங்கியாளர்களுக்கும் பயிற்சி அளிக்கும் வகையில் முதற்கட்ட பயிற்சியினை வேலூர் மாவட்ட ஆட்சியர் திரு. சி. அ. ராமன், இ.ஆ.ப., அவர்கள் துவக்கி வைத்து கருத்துரை வழங்கியதுடன், 2 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு கடனுதவிகளையும் வழங்கினார்.

இப்பயிற்சியில், தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் கூடுதல் செயல் இயக்குநர் திரு. சி. கே. வீரணன் அவர்கள் கலந்து கொண்டு, 'வாழ்வாதார இயக்க செயல்பாடுகள், இதில் வங்கியாளர்கள் பங்கு' என்ற தலைப்பில் உரையாற்றினார். வேலூர் மாவட்ட ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர் திரு. சிவராமன் அவர்கள், மாவட்ட முன்னோடி வங்கி மேலாளர் திரு. முருகேசன் அவர்கள், மாநில வங்கியாளர் முதன்மை பயிற்றுநர் திரு. ரமேஷ் அவர்கள், உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் திரு. காந்தி, திரு. வெங்கடேசன், திரு. நாராயணசாமி உட்பட பலர் கலந்து கொண்டனர். ■

## மானியத்துடன் கூடிய தொழிற்கடன்

சென்னை பெருமாநகராட்சி தேசிய நகர்ப்புற வாழ்வாதார இயக்கத்தின் கீழ் வறுமையில் உள்ள ஏழை குடும்பங்களை ஒருங்கிணைத்து பல்வேறு வாழ்வாதார மேம்பாட்டு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன. அதன் ஒருபகுதியாக 72வது இந்திய சுதந்திர தினமாக 2018 ஆகஸ்ட் 15 அன்று முதன்மை செயலாளர் / சென்னை மாநகராட்சி ஆணையர் அவர்களால், நகர்ப்புற வாழ்வாதார இயக்கத்தின் கீழ் அமைக்கப்பட்ட திருநங்கைகள் சுய உதவிக் குழுவிற்கு தொழிற்கடனாக சேத்துப்பட்டு இந்தியன் வங்கி மைக்ரோசெட் கிளையின் மூலம் வட்டி மானியத்துடன் கூடிய கடனாக ரூ. 1.20 இலட்சம் வழங்கப்பட்டது.

அத்துடன் தனிநபர் கடனாக புழல் கிளை இந்தியன் வங்கி மூலம் செல்வி, மாயா என்ற திருநங்கைக்கு, தண்ணீர் கேன் தொழிலினை விரிவுபடுத்துவதற்காக ரூ. 50 ஆயிரத்திற்கான காசோலையும், திரு. பாஸ்கர் என்கின்ற மாற்றுத் திறனாளிக்கு தட்டச்சு பயிலகம் நடத்திட ஏதுவாக ரூ. 50 ஆயிரத்திற்கான காசோலையும் வட்டி மானியத்துடன் கூடிய கடனாக வழங்கப்பட்டது.

மேலும் இவ்விழாவில் 2016-17ம் ஆண்டில் பெருநகர சென்னை மாநகராட்சிக்கு வங்கிக் கடன் இணைப்பிற்காக நிர்ணயிக்கப்பட்ட இலக்கீட்டினை 100 சதவீதத்திற்கு மேல் எய்தியமைக்காக சென்னை மாவட்ட மகளிர் திட்ட அலுவலர் திருமதி. சு. சினேகலதா, மாவட்ட முன்னோடி வங்கி மேலாளர் திரு. வினோத்குமார் மற்றும் உதவித் திட்ட அலுவலர் திரு. பா. அருள்ஜோதி ஆகியோருக்கு பெருநகர சென்னை மாநகராட்சி ஆணையர் அவர்கள் பாராட்டுச் சான்றிதழ் வழங்கி கௌரவித்தார்.

இவ்விழாவில் பெருநகர சென்னை மாநகராட்சி துணை ஆணையர் திருமதி. மகேஷ்வரி, இ.ஆ.ப., சென்னை மாவட்ட மகளிர் திட்ட அலுவலர்கள் மற்றும் பிற உயர் அலுவலர்கள் பங்கேற்றனர். ■

பொருட்களை வாங்க கடைகளுக்குச் செல்லும்போது துணிப்பைகளைக் கொண்டு செல்லுங்கள். பிளாஸ்டிக் பைகள் பயன்படுத்துவதை தவிர்த்திடுங்கள். தேவையற்ற நேரங்களில் கணிப்பொறி, மின் விளக்கு, மின் விசிறி போன்றவற்றை பயன்படுத்துவதை தவிர்த்திடுங்கள். தண்ணீரை சிக்கனமாகப் பயன்படுத்துங்கள். கழிவு நீர் தேங்காதவாறு அப்புறப்படுத்துங்கள். நீர்ப்போக்கு கால்வாய்களில் குப்பைகளை போடாதீர்கள். குப்பைகளை மக்கும் குப்பை, மக்காத குப்பை என தரம் பிரித்து அதற்குரிய கூடைகளில் போடுங்கள்.

# சமையல் எரிவாயுவை பாதுகாப்பாக கையாளும் வழிமுறைகள்...!

பொதுவாக நகரங்களில் எல்லோர் வீடுகளிலும் காஸ் அடுப்பு இருக்கிறது. எல்லோருக்குமே காஸ் அடுப்பை பயன்படுத்தும் விதம் நன்கு தெரிந்திருக்கும். ஆனால், அதன் பாதுகாப்புத் தன்மை குறித்து கேட்டால் பலரும் என்ன பாதுகாப்பு முறைகளா? என்று கேள்வி கேட்பார்கள்.

அவர்களுக்காகவே, சமையல் எரிவாயு உருளைகள் எனப்படும் சிலிண்டர்களைப் பயன்படுத்துவோருக்கு பயனுள்ள அறிவுரைகள் சில இதோ.

காஸ் அடுப்பை பயன்படுத்துபவர்கள் நம்பிக்கையான நிறுவனங்களின் சாதனங்களையே பயன்படுத்த வேண்டும். அதிகாரப்பூர்வமான காஸ் ஏஜென்சிகளிடம் இருந்து முறையான காஸ், ரெகுலேட்டர் மற்றும் பாதுகாப்பு டியூப்களை வாங்க வேண்டும். சமையல் சிலிண்டருக்கு முதல் முறையாக இணைப்புப் பெறும் போது, சமையல் காஸ் பாதுகாப்பாக பயன்படுத்தும் முறை பற்றி தெரியாவிட்டால் சிலிண்டர் வினியோகிக்கும் நபரிடம் செயல்முறை விளக்கம் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

காற்றோட்டமான பகுதியில், தரையில் இருந்து நின்ற நிலையிலேயே எப்போதும் சிலிண்டரை வைத்திருக்க வேண்டும். சிலிண்டர் மட்டத்தில் இருந்து உயரமான – சமமான இடத்திலேயே காஸ் அடுப்பை வைக்கவும். சிலிண்டரைவிட மட்டமான இடத்திலோ, தரைப்பகுதியிலோ காஸ் அடுப்பை வைத்து சமைக்கக் கூடாது.

வெப்பமான பிற சாதனங்களில் இருந்து சிலிண்டரை தள்ளியே வைத்திருக்க வேண்டும். சிலிண்டரைப் பயன்படுத்தும் போது அதன் அருகில் மண்ணெண்ணை அல்லது வேறு வித அடுப்புகளை ஒருபோதும் வைத்திருக்கக் கூடாது. ரப்பர் டியூப், சிலிண்டர் வால்வின் உட்புறத்தில் இருப்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும்.

சிலிண்டரில் கசிவு இருப்பதாக நீங்கள் சந்தேகித்தால், உடனே சிறிது தண்ணீரில் சோப்பைக் கலந்து சிலிண்டர் மீது ஊற்றினால், நீர்க்குமிழி உருவாகும். இதைக் கொண்டே எரிவாயு கசிவைப் பரிசோதிக்க வேண்டும். எரியும் தீக்குச்சி மூலம் பரிசோதிக்கக் கூடாது. நைலான் கயிற்றுடன் கூடிய பாதுகாப்பு மூடி எப்போதும் சிலிண்டரிலேயே பிணைக்கப்பட்டு இருக்க வேண்டும். காஸ் கசிவு தென்பட்டால் பாதுகாப்பு மூடியால் வால்வை மூட வேண்டும்.

சமைக்கும்போது, அடுப்பில் பாத்திரங்களை வைத்து விட்டு நீண்ட நேரம் கவனிக்காமல் விட்டு விடாதீர்கள். சமையல் பொருட்கள் கொதித்து வெளியேறி தீயை அணைத்து விடும். இது காஸ் கசிவுக்கு வழி வகுக்கும். பிரிட்ஜ் போன்ற மின் சாதனங்களை சமையல் அறைக்குள் வைத்திருக்கக் கூடாது. அதனால் ஏற்படும் மின் அழுத்த ஏற்றத்தாழ்வு, காஸ் கசிவு இருக்கும் பட்சத்தில் விபத்தை உண்டாக்கக் கூடும்.

படுக்கைக்கு செல்லும் முன் சிலிண்டர் ரெகுலேட்டர் 'நாப்'பை மூடிவிட்டு, அடுத்ததாக அடுப்பின் 'நாப்'களையும் மூட வேண்டும். பயன்பாடு இல்லாத நேரத்தில் சிலிண்டரின் 'நாப்' எப்போதும் மூடிய நிலையிலேயே இருக்க வேண்டும்.

காஸ் டியூப்பை எதனாலும் மூடாமல் வெளியே தெரியும்படி வைக்க வேண்டும். டியூப்பில் விரிசல் ஏதாவது இருக்கிறதா என்பதை அடிக்கடி பரிசோதிக்க வேண்டும். 2 ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை ரப்பர் டியூப்பை மாற்ற வேண்டும். சமையல் எரிவாயு சாதனங்களை அவ்வப்போது பரிசோதித்து சரிசெய்து கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் சுயமான சரி செய்வது பாதுகாப்பற்றது. வினியோகஸ்தர்களின் மெக்கானிக்குகளை பயன்படுத்துங்கள்.

காஸ் கசிவு ஏற்பட்டால் பதட்டம் அடையாமல் ரெகுலேட்டர் மற்றும் பர்னர் 'நாப்'களை மூட வேண்டும். அந்த அறையில் உள்ள மின் சுவிட்சுகள், மின் சாதனங்களை இயக்கக் கூடாது. வெளிப்புறம் இருக்கும் பிரதான மின் இணைப்பில் இருந்து மட்டுமே மின் சப்ளையை துண்டிக்க வேண்டும். காற்றோட்டத்திற்காக கதவுகள், ஜன்னல்களைத் திறந்து வைக்கவும். எரியும் நெருப்பு, எண்ணை விளக்குகள், மெழுகுவர்த்தி போன்றவற்றை அணைத்திட வேண்டும். சிலிண்டரை பாதுகாப்பு மூடியால் மூடி விடுங்கள். உதவிக்கு உங்களின் கேஸ் சிலிண்டர் வினியோகஸ்தர் அல்லது அவசர சேவை மையத்தை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

### சமையல் எரிவாயு சிலிண்டர்களின் ஆயுட்காலத்தைத் தெரிந்து கொள்வது எப்படி?

எரிவாயு சிலிண்டர் நமது வீட்டிற்கு வரும்பொழுதே, அந்த சிலிண்டரின் ஆயுட் காலத்தை கவனித்த பின்புதான் வாங்க வேண்டும். சிலிண்டரின் ஆயுட்காலத்தை தெரிந்து கொள்ள சுலபமான வழிமுறைகள் உள்ளன.

படத்தில் உள்ள எரிவாயு சிலிண்டரின் மேல் பகுதியில் B என்ற ஆங்கில எழுத்தும் 13 என்ற எண்ணும் குறிக்கப்பட்டிருப்பதை நீங்கள் பார்த்திருப்பீர்கள். அந்த எழுத்தையும், எண்ணையும் கொண்டு சிலிண்டரின் ஆயுட்காலத்தை அறிந்து கொள்ளலாம். சிலிண்டரில் குறிக்கப்பட்டிருக்கும் எழுத்துக்கள் மாதத்தையும், எண்கள் வருடத்தையும் குறிக்கும்.

ஒரு வருசத்தில் உள்ள 12 மாதங்களை நான்காகப் பிரித்து ஒவ்வொரு மூன்று மாதத்திற்கும் ஒரு எழுத்து கொடுக்கப்பட்டிருக்கும். அதாவது ஜனவரி முதல் மார்ச் வரை A என்ற எழுத்தும், ஏப்ரல் முதல் ஜூன் வரை B என்ற எழுத்தும், ஜூலை முதல் செப்டம்பர் வரை C என்ற எழுத்தும் அக்டோபர் முதல் டிசம்பர் வரை D என்ற எழுத்தும் குறிக்கும்.

அதன்படி படத்தில் உள்ள சிலிண்டரில் குறிக்கப்பட்டிருக்கும் B13 என்பதற்கு 2013ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாதம் வரைதான் அந்த சிலிண்டரின் ஆயுட்காலம் என்றும், அதற்கு மேல் அந்த சிலிண்டரின் பாகங்கள் பழுதடைய வாய்ப்புள்ளது என்றும் தெரிந்து கொள்ளலாம். ■

# முழு சுகாதார தமிழகம்
# முன்னோடி தமிழகம்

## தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 செயலியின் மூலம் சுகாதார களப்பணியாளர்கள் தூய்மை நிலை குறித்த மக்கள் கருத்து பதிவு – ஆகஸ்ட் 2018

பொதுமக்களிடமிருந்து கருத்து கேட்டல் என்பது சுகாதார கணக்கெடுப்பு 2018–ன் முக்கியமான அங்கமாகும். இந்த நிகழ்வில், பொதுக்கூட்டங்கள், நேர்முக உரையாடல், குழுக் கூட்டங்கள், தனிநபர் நேர்காணல், இணையதளம் வழியாக கருத்து அறிதல் மற்றும் மாவட்டத்தில் உள்ள பொதுமக்களிடமிருந்து கருத்துக்கள் மற்றும் பரிந்துரைகள் போன்ற விபரங்கள் பெறப்படும்.

### சாதாரண பொதுமக்களிடமிருந்து கருத்து கேட்டல்

(நேரடியாகவும் மற்றும் இணையதளம் மூலமாகவும்)

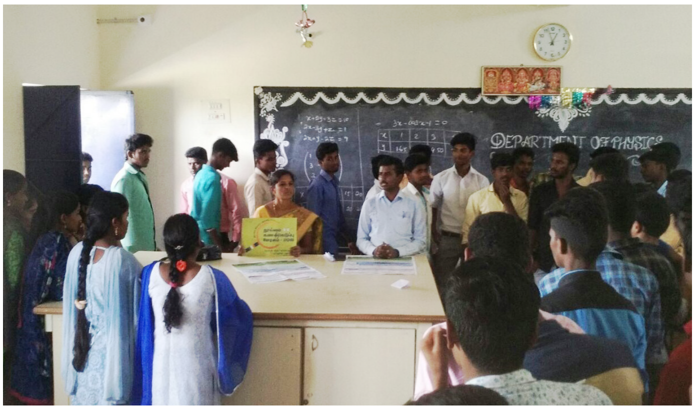
- தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 பற்றிய விழிப்புணர்வு
- தூய்மை பாரத இயக்கம் செயல்படுத்துவதில் ஒட்டு மொத்த திருப்தி
- திடக்கழிவை பாதுகாப்பான முறையில் அகற்ற முயற்சிகள்
- திரவக் கழிவை பாதுகாப்பான முறையில் அகற்ற முயற்சிகள்

தமிழ்நாட்டில் உள்ள அனைத்து மாவட்டங்களிலும் தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 (SSG 2018) செயலியை (App) உபயோகித்து தூய்மை நிலை குறித்து பொதுமக்களின் பதிவு மேற்கொள்ளப்பட்டது. சுகாதார ஊக்குநர்கள், தூய்மை பாரத களப் பணியாளர்கள் இந்தக் கருத்துப் பதிவு நிகழ்வில் முக்கிய பங்காற்றினர். பள்ளி மாணவர்கள், கல்லூரி மாணவர்கள், பொது மக்கள் மற்றும் பிற துறை சார்ந்தோரிடம் நேரடியாகச் சென்று SSG 2018 செயலி குறித்து விளக்கியதுடன், எவ்வாறு பொதுமக்களின் கருத்தைப் பதிவு செய்வது என்று கடந்த மாதம் முழுவதும் சுகாதார ஊக்குநர்கள் களப்பணி மேற்கொண்டனர். ■

கோயமுத்தூர் மாவட்டம்

கடலூர் மாவட்டம்

## தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 செயலியின் மூலம் சுகாதார களப்பணியாளர்கள் தூய்மை நிலை குறித்த மக்கள் கருத்து பதிவு – ஆகஸ்ட் 2018



தருமபுரி மாவட்டம்

திண்டுக்கல் மாவட்டம்

காஞ்சிபுரம் மாவட்டம்

மதுரை மாவட்டம்

# தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 செயலியின் மூலம் சுகாதார களப்பணியாளர்கள் தூய்மை நிலை குறித்த மக்கள் கருத்து பதிவு – ஆகஸ்ட் 2018

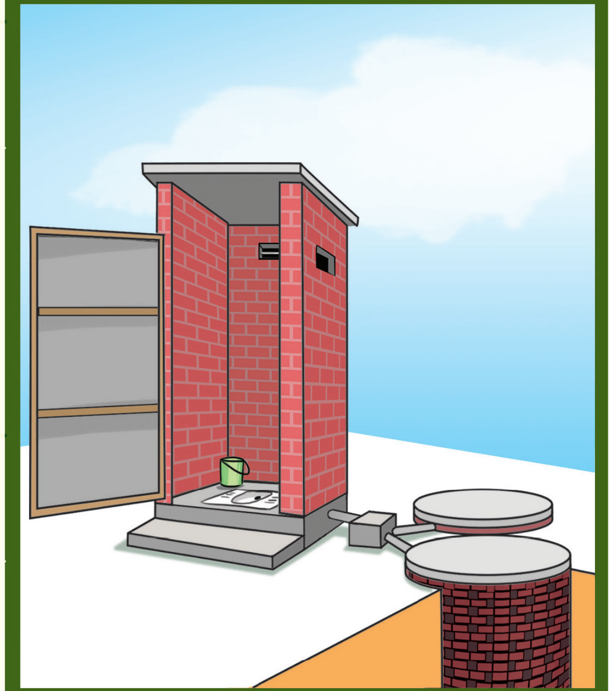
கரூர் மாவட்டம்

நீலகிரி மாவட்டம்

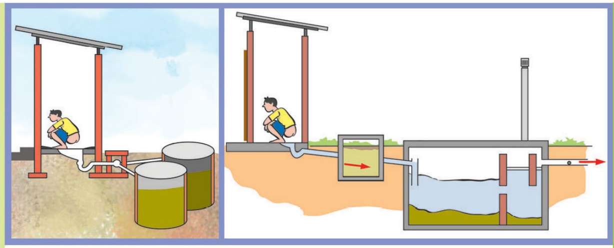
பெரம்பலூர் மாவட்டம்

(தொடர்ச்சி 20ஆம் பக்கம்)

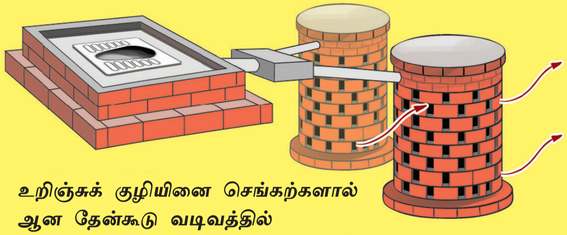
# தனிநபர் இல்லக் கழிப்பறை கட்டுமானம் குறித்த முக்கியக் குறிப்புகள்



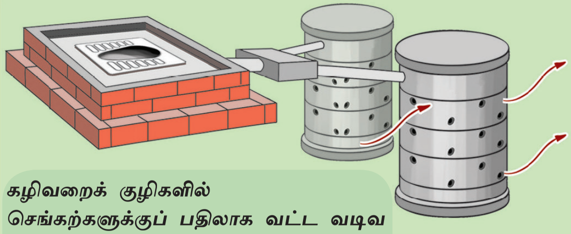
**ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறை**



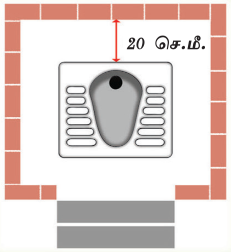
உறிஞ்சு குழியானது காற்று இல்லாமலேயே மக்கும் தன்மை உடையதால், இதற்கு உறிஞ்சுக் குழியில் இருந்து காற்று வெளியேற தனியாகக் குழாய் (Vent Pipe) பொருத்தத் தேவையில்லை. உறிஞ்சுக் குழிக்குப் பதி லாக செரிமானத் தொட்டி (Septic Tank) அமைக்கப்படும். நிகழ்வில் மட்டுமே வைக்கப்பட வேண்டும்.



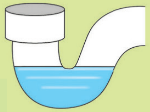
உறிஞ்சுக் குழியினை செங்கற்களால் ஆன தேன்கூடு வடிவத்தில் அமைத்தல், தொழில்நுட்ப ரீதியில் மிகுந்த சாத்தியமானதாகவும், பயனுள்ளதாகவும் இருக்கும். இதிலிருந்து கழிவு நீர் எளிதாக வெளியேறி, மலக்கழிவுகள் மக்குவது துரிதமாக நடக்கும்.



கழிவறைக் குழிகளில் செங்கற்களுக்குப் பதிலாக வட்ட வடிவ சிமெண்ட் வளையங்களைப் (Rings) பயன்படுத்தும் போது, அதில் போதுமான அளவு துறைகள் (குறைந்தபட்சம் 10, 12 துறைகள்) இடப்பட்டுள்ளதை உறுதி செய்ய வேண்டும். மேல் உறையில் துளைகள் இருக்கக் கூடாது.




கழிப்பறை பீடத்தின் பின்புற சுவருக்கும், கழிப்பறைக் கோப்பை (அ) பீங்கானுக்கும் இடையில் குறைந்தபட்சம் 20 செ.மீ. இடைவெளி இருக்க வேண்டும்.

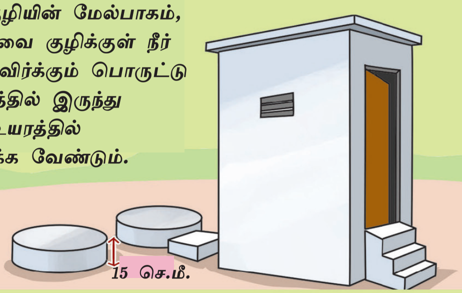


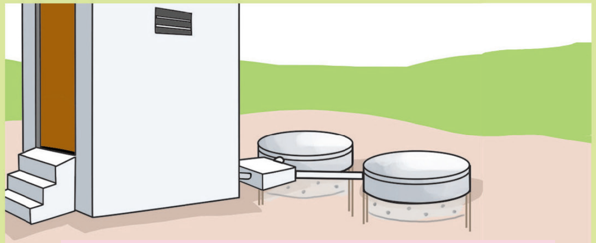
'P' வடிவ வளைவு குழாய் ('P' TRAP)

கழிப்பறை கோப்பையின் அடிப்பகுதியில் 'P' வடிவிலான வளைவுக் குழாய் பொருத்தப்படுகிறது. இந்த 'P' வடிவ குழாயிலிருந்து இணைக்கப்பட்டுள்ள குழாயானது, கோப்பையில் இருந்து வரும் மலக்கழிவுகளை தண்ணீர் ஊற்றும் போது உறிஞ்சுக் குழிக்குள் எடுத்துச் செல்லும்.

கோப்பையில் ஊற்றப்படும் தண்ணீரில் ஒரு பகுதியானது 'P' வடிவக் குழாயில் எப்போதும் தேங்கி நிற்கும். குழிக்குள்ளிருந்து துர்நாற்றம் வெளியே வராமலும், புழு / பூச்சிகள் வராமலும் வளைவு குழாயில் தேங்கியுள்ள நீர் தடுக்கிறது.

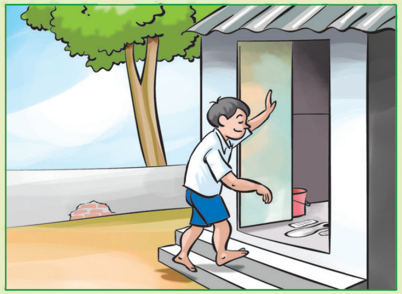
உறிஞ்சுக் குழியின் மேல்பாகம், மூடி ஆகியவை குழிக்குள் நீர் ஓடுவதை தவிர்க்கும் பொருட்டு தரை மட்டத்தில் இருந்து 15 செ.மீ. உயரத்தில் அமைந்திருக்க வேண்டும்.



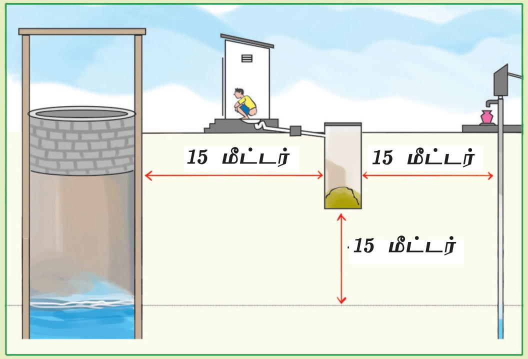
உறிஞ்சுக் குழியின் மேல் பாகம், மூடி ஆகியவை வெளிக்காற்று உள்புகாதவாறு உறுதியாக மூடப்பட வேண்டும்.

## இடம் தேர்வு



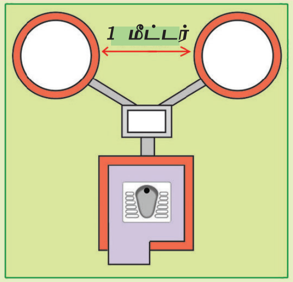
கழிப்பறை மற்றும் குழிகள் கட்டும் இடம் சமதளமாக இருத்தல் வேண்டும்.

கழிப்பறை கட்டும் இடமானது நீர் நிலைகளில் இருந்து குறைந்தது 45 அடி (15 மீட்டர்) தூரத்தில் அமைந்திருக்க வேண்டும்.



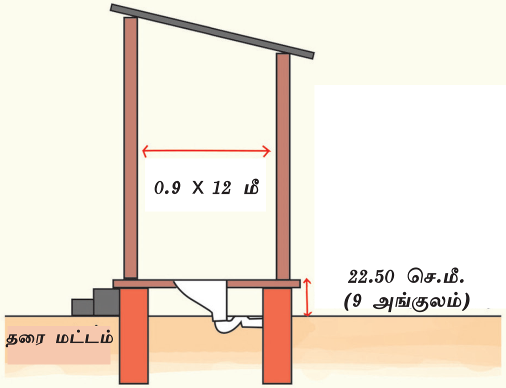

அமையவிருக்கும் குழிகள் (Pits) மற்றும் கழிப்பறை இடையே போதுமான இடைவெளி இருக்க வேண்டும்.

இரண்டு உறிஞ்சுக் குழிகளுக்கும் இடையில் குறைந்தபட்சம் ஒரு மீட்டர் இடைவெளி இருக்க வேண்டும்.

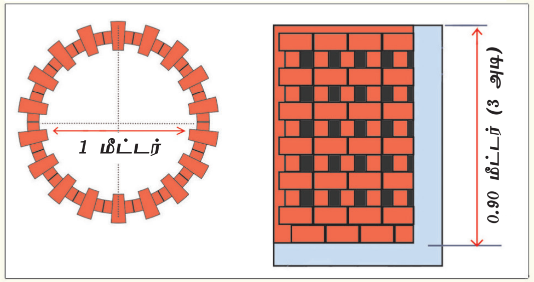



கழிப்பறை உறிஞ்சுக் குழிக்கு அருகாமையில் கழிவு நீர் உறிஞ்சுக்குழி அமையவிருக்கும் நிலையில் இரண்டிற்குமான இடைவெளி குறைந்தது 1 மீட்டர் இருத்தல் வேண்டும்.

## கட்டுமானம் : கழிப்பறை மற்றும் உறிஞ்சு குழிகள்

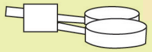



கழிப்பறையின் பீடம் தரைமட்டத்தில் இருந்து 22.50 செ.மீ. (9 அங்குலம்) உயரத்தில் இருக்க வேண்டும்.

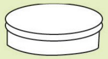



கழிப்பறையின் உறிஞ்சுக் குழி (Leach Pit) சராசரியாக 0.90 மீட்டர் (3 அடி) ஆழத்திலும், 1 மீட்டர் விட்டத்திலும் இருக்க வேண்டும்.

மலக்கோப்பையிலிருந்து இணைப்புத் தொட்டிக்கும், இணைப்புத் தொட்டியிலிருந்து உறிஞ்சுக் குழிகளுக்கும் குழாய்கள் சாய்வாக அமைக்கப்பட வேண்டும்.

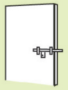


உறையின் அடித்தளத்தில் எந்தவித சிமெண்ட் பூச்சும் கூடாது.



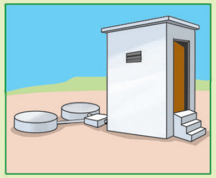
உறிஞ்சுக் குழி, கழிப்பறை உறையின் மூடிகள் காற்று, நீர் உட்புகாதவாறு பாதுகாக்கின்றன. மேலும் மலத்தை மக்கச் செய்யும் பாக்டீரியாக்கள் வெளியேறாமலும் தடுக்கின்றன.

உறிஞ்சுக் குழி உறைகளுக்கு காற்றுப் போக்கி அமைக்கக் கூடாது. அப்படி அமைத்தால், இதன் வழியாகக் காற்று உள்ளே சென்று, மலத்தை மக்கச் செய்யும் பாக்டீரியாக்களை தடுக்கின்றன.



மேற்கூரை அனைத்து பருவ காலங்களுக்கும் தாங்கக் கூடிய அளவுக்கு உறுதியாக இருக்க வேண்டும். நீடித்த நிலையான தாழ்ப்பாளுடன் கூடிய கதவை அமைக்க வேண்டும்.

## உறிஞ்சுக் குழி கழிப்பறையின் பயன்கள்

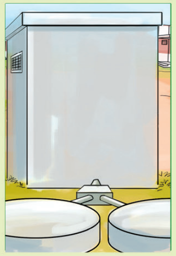


- குறைந்த இடவசதி
- குறைந்த செலவு
- பராமரிப்பது எளிது
- துப்புரவுத் தொழிலாளி இல்லை
- கொசுத் தொல்லை இல்லை
- உரமாக மாறும்
- ஒருமுறை கழிவறை பயன்படுத்த 2 லிட்டர் தண்ணீர் போதுமானது

பொதுவாக தனிநபர் இல்லக் கழிப்பறைகள் கட்டும்போது செரிமானத் தொட்டிகளைக் (Septic Tank) காட்டிலும், உறிஞ்சுக் குழி (Leach Pit) அமைப்பது சிறப்பானதாகும். எனினும் நிலத்தடி நீர்மட்டம், மண்ணின் தன்மைக்கேற்ப இது மாறுபடலாம்.

## உறிஞ்சுக்குழி கழிப்பறை : மக்கி உரமாதல்

ஒரு உறிஞ்சுக்குழி முழுமையாக நிறைவதற்கு குறைந்தது 6 முதல் 8 ஆண்டுகள் ஆகும். பின் இரண்டாவது குழியைப் பயன்படுத்தத் தொடங்கலாம். இந்த இரண்டாவது குழி நிறைவதற்குள், முதல் குழியிலுள்ள மலக் கழிவு காற்றழுத்த முறையில் உரமாக மாறிவிடும்.



(17ஆம் பக்க தொடர்ச்சி)

## தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 செயலியின் மூலம் சுகாதார களப்பணியாளர்கள் தூய்மை நிலை குறித்த மக்கள் கருத்து பதிவு – ஆகஸ்ட் 2018

சிவகங்கை மாவட்டம்

தேனி மாவட்டம்

தூத்துக்குடி மாவட்டம்

## தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 செயலியின் மூலம் சுகாதார களப்பணியாளர்கள் தூய்மை நிலை குறித்த மக்கள் கருத்து பதிவு – ஆகஸ்ட் 2018

திருநெல்வேலி மாவட்டம்

திருப்பூர் மாவட்டம்

# தூய்மை கணக்கெடுப்பு 2018 செயலியின் மூலம் சுகாதார களப்பணியாளர்கள் தூய்மை நிலை குறித்த மக்கள் கருத்து பதிவு – ஆகஸ்ட் 2018

திருவள்ளூர் மாவட்டம்

திருவண்ணாமலை மாவட்டம்

திருச்சிராப்பள்ளி மாவட்டம்

# பிளாஸ்டிக் பொருட்களின் பயன்பாட்டினால் ஏற்படும் சுகாதாரம் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் பாதிப்புகள்

## பிளாஸ்டிக் பொருட்கள் எவ்வாறு மனித உடலுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கின்றன?

### நீர்

பாலிதீன் பைகள், குவளைகள் போன்ற பிளாஸ்டிக் பொருட்களில் பாலி எத்திலீன் டெரெப்தாலேட் (Polyethylene Tetephthalate), தாலேட் (Pthalate), பிஸ்பெனால்–அ (Bisphenol-A), கன உலோகங்களான ஈயம் (Lead), பாதரசம் (Mercurry), காட்மியம், ஆன்டிமனி போன்றவை உள்ளன. குப்பிகளில், பிளாஸ்டிக் பைகளில் தண்ணீர், குளிர்பானங்கள், சூடான தேநீர், காபி முதலியவற்றை அருந்தும்போது மனித உடலில் உட்கிரகிக்கப்பட்டு உடல் நலப் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன.

### காற்று

பிளாஸ்டிக் பொருட்களை எரிக்கும் போது நைட்ரஜன் ஆக்சைடு (Nitrogen Oxide), பென்சின் (Benzene), வினைல் ஹைடிரோ குளோரைடு (Vinyl Hydrochloride) போன்ற நச்சு வாயுக்கள் வெளியாகி காற்று மாசடைந்து மனிதர்கள் மற்றும் உயிரினங்கள் சுவாசிக்கும் போது நுரையீரல்களுக்குள் சென்று பாதிப்பு ஏற்படுத்துகின்றன.

### நிலம்

மக்காத பிளாஸ்டிக் பொருட்கள் நிலங்களில் தேங்கி விடும் போது காலப்போக்கில் அபாயகரமான வேதிப்பொருட்கள் மண்ணுக்குள் கசிகின்றன. இதனால் மண் வளம் பாதிக்கப்படுவது மட்டுமில்லாமல், நிலத்தடி நீரில் கலந்து உடலுக்குள் செல்கின்றன.

### உணவு

ஒருமுறை பயன்படுத்தி தூக்கி எறியப்படுகின்ற பிளாஸ்டிக் பொருட்களை கால்நடைகள் மற்றும் கடல்வாழ் உயிரினங்கள் உண்ணுவதன் மூலம் மனிதர்களின் உணவுச் சங்கிலியில் (Human Food Chain) கலந்து மனித உடலுக்குள் செல்கிறது.

பிளாஸ்டிக் பொருட்கள், பல ஆண்டுகள் ஆனாலும் மங்காத தன்மை உடையதால், அவற்றை அழிப்பதோ, ஒழிப்பதோ இயலாத காரியம். நீர், நிலம், காற்று மற்றும் உணவு போன்ற பல்வேறு வழிகளில் மாசு ஏற்பட்டு, மனித உயிருக்கும், சுகாதாரத்திற்கும் பிளாஸ்டிக் பொருட்கள் பெரும் தீங்கு விளைவிக்கக் காரணமாகி விடுகிறது. எனவே, இவற்றை அறவே தவிர்ப்பது இன்றைய சூழ்நிலையில் கட்டாயமாகிறது.

# சுகாதார ஊக்குநரின் களப்பணி பகிர்வு

எனது பெயர் கே. செல்வி, க/பெ. கர்ணன், நான் சக்திமங்கலம் ஊராட்சியில் கடந்த பதினெட்டு ஆண்டுகளாக குடியிருந்து வருகிறேன். நான் 2012ஆம் ஆண்டு எனது ஊராட்சியில் சுகாதார தூதுவராக சுகாதார பணியில் சேர்ந்து, இன்றுவரை மக்களிடையே விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தி வருகின்றேன்.

### மனதளவில் மாற்றம்

நான் வாடகை வீட்டில் குடியிருந்த போது, நான் குடியிருந்த வீட்டில் செப்டிக் டேங்க் நிரம்பி விட்டது. அப்போது நான் அதை வீட்டு உரிமை யாளரிடம் கூறியபோது இரண்டு நாள் கழித்து சுத்தம் செய்து தருகிறேன் என கூறி விட்டார்கள். எங்களுக்கு என்ன செய்வதென்று தெரியவில்லை. அன்று எனக்கு சரியான வயிற்று வலி. நான் திறந்தவெளி மலம் கழிக்கும் பகுதிக்கு எங்கள் கிராமத்திலிருந்து ஒரு குடியிருப்பு பகுதியை தாண்டிச் செல்லும்போது அப்பகுதி மக்கள் என்னைப் பார்த்து வணக்கம் வைத்து மரியாதை செய்தனர்.

ஏனென்றால் நான் அப்பகுதி மக்களுக்கு ரேசன் கார்டு, வாக்காளர் அட்டை, சாதி சான்றிதழ் போன்றவை தர உதவியதால் என்னை பார்த்தவுடன் மரியாதை செய்தனர். ஆனால் நானோ அப்பகுதியை தாண்டி மலம் கழிக்கச் சென்றேன். ஆனால் அது அவர்களுக்கு தெரியவில்லை, எனக்கு அப்போது வேதனையாகி விட்டது.

பிறகு நான் அப்பகுதிக்கு மலம் கழிக்கச் செல்லாமல் திரும்பி வந்து, நான் வேலைக்குச் செல்லும் வழியில் உள்ள கட்டண கழிப்பறையை பயன்படுத்தினேன். அப்போது நான் ஒரு உறுதிமொழி எடுத்தேன். என்னால் முடிந்தவரை அனைவரும் கழிப்பறை பயன்படுத்துவதை உறுதி செய்ய முயற்சித்தேன். அப்போது எனக்கு அதற்கான வழிமுறை தெரியவில்லை.

ஒருநாள் எங்கள் மாவட்ட கூடுதல் ஆட்சியர் அவர்களால் ஒரு கூட்டம் போடப்பட்டது. அதில் ஊராட்சித் தலைவர்கள், ஊராட்சி உதவியாளர், VPRC, PLF உறுப்பினர்கள் அனைவரும் கலந்து கொண்டனர். நானும் VPRC உறுப்பினராகக் கலந்து கொண்டேன். இந்தக் கூட்டமானது கூடுதல் ஆட்சியர் திருமதி. ரோகிணி ராமதாஸ், இ.ஆ.ப., அவர்களால் நடத்தப்பட்டது. கூட்டத்தில் கழிப்பறை பயன்பாட்டை பற்றியும், திறந்த வெளியில் மலம் கழிப்பதால் ஏற்படும் தீமைகள் பற்றியும் எடுத்துக் கூறினார்.

அப்போது நான் ஒரு முடிவு எடுத்தேன். ஒரு மாவட்ட கூடுதல் ஆட்சியாளர்களாக இருப்பவர்களே மூச்சிக்கு மூச்சி கழிப்பறை பயன்பாட்டைப் பற்றி பேசும் போது, சாதாரண மக்களோடு மக்களாக இருக்கும் நான் ஒரு முடிவு செய்து, மறுநாள் ஊராட்சியில் உள்ள அனைத்து கிராமங்களிலும் கழிப்பறை நிலையை குறித்து கணக்கெடுப்பு பணியினை துவங்கினேன்.

பிறகு கழிப்பறை இல்லாத வீடுகளில் சிறப்பு கிராம சபையின் மூலம் ஒப்புதல் பெற்று, அனைவரும் கழிப்பறை கட்ட ஒர்க் ஆர்டர் வழங்கி, அனைத்துப் பயனாளிகளையும் கழிப்பறை கட்ட வைத்து, அவர்கள் கட்டிய கழிப்பறைக்கு மாவட்ட ஆட்சியர் அவர்களால் ஊக்கத் தொகை வழங்க வைத்து பயனாளிகளை ஊக்கப்படுத்தினேன்.

### தூண்டுதல் முயற்சி

மாவட்ட கூடுதல் ஆட்சியர் திருமதி. ரோகிணி ராமதாஸ், இ.ஆ.ப., அவர்களால் பல்லர்காலில் 5 நாள் பயிற்சி ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. அந்தப் பயிற்சியை உபயோகித்து மனமாற்றத்தை ஏற்படுத்தினால், அனைவரும் கழிப்பறையை பயன்படுத்துவார்கள் என்ற நம்பிக்கை பிறந்தது.

அந்தப் பயிற்சி எடுத்தப் பிறகு அனைத்து ஊராட்சிகளிலும், குக்கிராமங்கள் வாரியாக கூட்டங்கள் போட்டு தூண்டுதல் நிகழ்ச்சி நடத்தி, பிறகு அந்தந்த கிராமங்களில் காலை, மாலை கண்காணிப்பு குழுக்கள், ஆர்மி படை போன்றவர்களைக் கொண்டு திறந்தவெளியில் மலம் கழிக்கும் இடங்களில் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தினேன். திறந்தவெளியில் மலம் கழிக்கும் மக்களிடம் மனமாற்றத்தை ஏற்படுத்தினேன். அவர்களை கழிப்பறை உபயோகப்படுத்த ஊக்கப்படுத்தினேன்.

### அடம் பிடித்தல் இயக்கம்

பள்ளி மாணவ மாணவியர்களிடையே OD, ODF என வருகை பதிவு எடுக்கப்பட்டது. அதில் திறந்தவெளியில் மலம் கழிப்பவர்களுக்கு சிவப்பு நிறத்திலும், கழிப்பறை பயன்படுத்துபவர்களுக்கு பச்சை நிறத்திலும் வருகைப் பதிவு எடுக்கப்பட்டது. பிறகு மாணவ மாணவியர்களைக் கொண்டே பெற்றோர்களிடம் அடம் பிடிக்க வைத்து கழிப்பறை கட்டி வைக்கப்பட்டு, மாணவ மாணவியர்களுக்கு மாவட்ட ஆட்சியரால் பாராட்டுக்களையும், பரிசுகளையும் வழங்கினேன்.

### சுகாதார சந்திப்பு

அனைத்து ஊராட்சிகளிலும் டாக்டர், VHN, நர்ஸ் ஆகியோரால் சுகாதார சந்திப்பு நடத்தப்பட்டு, அதில் திறந்தவெளியில் மலம் கழிப்பதால் ஏற்படும் தீமைகளான குறை பிரசவம், வயிற்றுப் போக்கு ஆகியவை குறித்து எடுத்துக் கூறி, மக்களிடம் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தினேன். மருத்துவ சீட்டுகளிலும் 'கழிப்பறை கட்டி நோயினை விரட்டு' என்ற வாசகம் எழுதி மக்களிடம் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தினேன்.

### எனது ஊர்

'தொட்டில் பழக்கம் சுடுகாடு வரை' என்ற பழமொழியை கருத்தில் கொண்டு, எங்கள் பகுதியில் உள்ள அனைத்து அங்கன்வாடி குழந்தைகளிடமும் கழிப்பறை பயன்படுத்துதல் மற்றும் கை கழுவும் முறைகள் குறித்து விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தினேன்.

### திடக் கழிவு

எனது ஊராட்சியில் கழிப்பறை கட்டிய பிறகு, திறந்தவெளியில் மலம் கழிக்கும் பகுதியில் இருந்த கருவேல மரங்களை அகற்றினேன். அந்தப் பகுதியில் 1500 மரக்கன்றுகள் நட்டு, அதை இப்போது மக்கள் சிறுவர் பூங்காவாக பயன்படுத்துகின்றனர்.

### சிறப்பு

நான் பிறந்த 33 ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டன. நான் நன்றாகப் படித்து நிறைய சம்பாதிக்க வேண்டும் என ஆசைப்பட்டேன். ஆனால் அது நடக்கவில்லை. இருப்பினும் என் வாழ்வின் பெரிய சாதனையாக இந்த தூய்மை பாரதத் திட்டம் விளங்கியது. அனைத்து வீடுகளிலும் கழிப்பறை கட்டி, அவைகளைப் பயன்படுத்த சொல்லி ஊக்குவித்தேன்.

சென்னையில் உள்ள மறைமலைநகரில் 3 நாள் சுகாதார பயிற்சி நடைபெற்றது. அதன் நிறைவு உரையில் கூடுதல் இயக்குநர் திரு. இலட்சுமிபதி அவர்கள், 'உங்கள் ஊராட்சியை மாவட்டத்தின் எடுத்துக்காட்டாக உருவாக்க வேண்டும்' என்று கூறி ஆசி வழங்கினார். அதன்படி எனது ஊராட்சியை மதுரை மாவட்டத்தின் மாதிரி ஊராட்சியாக உருவாக்கியதில் பெருமை கொள்கிறேன்.

இந்த 8 ஆண்டுகளில் 5 மாவட்ட ஆட்சியர்களிடம் சிறந்த தூய்மை பாரத பணியினை மேற்கொண்டதற்கான பரிசும், பாராட்டுகளையும் பெற்றுள்ளேன். கடந்த மார்ச் மாதம் ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சித் துறையின் அரசு கூடுதல் தலைமைச் செயலாளர் அவர்களிடமிருந்து பாராட்டு கேடயம் பெற்றுள்ளேன்.

அதுமட்டும் அல்லாமல் மாவட்ட அளவில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு, பீகார் மாநிலம் சென்று சிறப்பாக செயல்பட்டதற்காக சிறந்த ஊக்குவிப்பாளர் சான்றிதழ் பெற்றுள்ளேன்.

தூய்மை இந்தியா திட்டத்துடன்,

1. அனைவருக்கும் வீடு திட்டம்
2. அனைத்து வீடுகளிலும் கழிப்பறை கட்டுதல்
3. திடக்கழிவு மேலாண்மை
4. நர்சரி
5. மரக்கன்று நடுதல்
6. சிறுவர் பூங்கா போன்ற அனைத்துத் திட்டங்களையும் நல்ல முறையில் செயல்படுத்தி வெற்றி கொண்டதில் பெருமை கொள்கிறேன்.

செல்வி என்றால் யாருக்கும் தெரியாது. சக்திமங்கலம் செல்வி என்றால் எனது மாவட்டம் முழுவதும் தெரியும் அளவிற்கு இந்த தூய்மை பாரதத் திட்டம் என்னை ஆளாக்கி உள்ளது. ■

இப்படிக்கு,
கே. செல்வி, க/பெ. கர்ணன்,
3/1450, கல்மேடு எம்.ஜி.ஆர். நகர்,
சக்திமங்கலம் – II பிட்,
இளமனூர் (அ), மதுரை மாவட்டம்.
செல்: 96889 02163

சுய உதவிக் குழு மகளிரின் உற்ற தோழியான முற்றம் இதழிற்கு சந்தாதாரர்களை சேர்த்திட அனைத்து மாவட்ட மகளிர் திட்ட செயலாக்க அலகுகளுக்கும் இலக்கு நிர்ணயிக்கப்பட்டிருந்தது. அதன் அடிப்படையில் முற்றம் இதழுக்கு சந்தா சேர்ப்பதற்கு நடவடிக்கை மேற்கொண்டு, சந்தாக்களை சேர்த்த அனைத்து மாவட்டங்களின் மகளிர் திட்ட செயலாக்க அலகுகளுக்கும் முற்றம் இதழ் நன்றியையும், பாராட்டுகளையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறது. தொடர்ந்து இவ்வாண்டும் முற்றம் இதழிற்கு சந்தா சேர்க்க நிர்ணயிக்கப்பட்டிருக்கும் இலக்கை நிறைவு செய்திட அனைத்து மாவட்டங்களின் மகளிர் திட்ட செயலாக்க அலகுகளும் நடவடிக்கை மேற்கொள்ள முற்றம் இதழின் சார்பாகக் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

முற்றம் இதழிற்கு சந்தாதாரர்களை சேர்த்து வரும் அனைத்து மாவட்ட தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் திட்ட இயக்குநர்கள், அனைத்து மாவட்டங்களிலும் செயல்படும் மகளிர் திட்ட செயலாக்க அலகுகளின் அலுவலர்கள், அனைத்து உதவித் திட்ட அலுவலர்கள், வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்கள், உதவி வட்டார வளர்ச்சி அலுவலர்கள், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகள், சுய உதவிக் குழுக்கள், கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கங்கள் ஆகியவற்றின் நிர்வாகிகள் மற்றும் உறுப்பினர்கள் உட்பட அனைவருக்கும் முற்றம் இதழ் சார்பாக நன்றியையும், பாராட்டுகளையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். ■

– ஆசிரியர், முற்றம் மாத இதழ்.

முற்றம் இதழில் வெளியிடப்பட வேண்டிய செய்திகள், வெற்றிக் கதைகள் ஆகியவற்றை பிரதி மாதம் 5ஆம் தேதிக்குள் முற்றம் இதழிற்கு அனுப்பி வைக்கவும். மேலும் புகைப்படங்களை தெளிவாகவும், நல்ல தரத்துடனும் அனுப்பவும். செல்போனில் எடுக்கப்படும் புகைப்படங்கள், வாட்ஸ்அப்பில் அனுப்பப்படும் புகைப்படங்களை அனுப்புவதை தவிர்க்கவும். புகைப்பட கருவியில் படங்களை எடுத்து அனுப்பவும். ■

# தினம்... தினம்...

## அனைத்துலக முதியோர் நாள்
### (அக்டோபர் 01)

ஐக்கிய நாடுகள் சபையின் வேண்டுகோள்படி ஆண்டுதோறும் அக்டோபர் 1ஆம் தேதி சர்வதேச முதியோர் தினம் கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. உலகம் முழுவதிலும் உள்ள மூத்தக் குடிமக்களை மதிக்கவும், மரியாதை செலுத்தவும், அவர்களின் அறிவு, ஆற்றல் மற்றும் சாதனைகளை பார்த்துக் கற்றுக் கொள்ளவும் மக்களுக்கு எடுத்துரைக்கும் நாளாகக் கருதப்படுகிறது.

பொதுவாக 60 வயதைக் கடந்த ஆண், பெண் அனைவரும் மூத்த குடிமக்கள் அல்லது முதியோர் என்று கருதப்படுகின்றனர். அவர்களின் நலனைப் பாதுகாக்கவும், அவர்களின் உரிமைகளை மதிக்கவும் உலக நாடுகளின் அரசுகள் பல்வேறு நடவடிக்கைகளை எடுத்து வருகின்றன. நம் நாட்டில் மத்திய அரசு முதியோர்களின் நலனைக் காக்கும் சட்டங்கள் இயற்றப்பட்டுள்ளன.

தமிழ்நாடு அரசின் சார்பிலும் முதியோர் நலன் காக்க பல்வேறு திட்டங்கள் செயல்படுத்தப்பட்டு வருகின்றன. குறிப்பாக 65 வயதைக் கடந்த ஆதரவற்றோருக்கு மாதந்தோறும் உதவித் தொகை வழங்கப்படுகிறது. இலவச மதிய உணவுத் திட்டமும், இலவச அரிசித் திட்டமும் முதியோர்களுக்கு வழங்கப்படுகிறது. ■

## அனைத்துலக வன்முறையற்ற நாள்
### (அக்டோபர் 02)

அனைத்துலக வன்முறையற்ற நாள் என்பது நம் தேசப்பிதா மகாத்மா காந்திஜி அவர்களின் பிறந்த நாளான அக்டோபர் 2ஆம் தேதி கொண்டாடப்படுகிறது. 2007ஆம் ஆண்டு ஜூன் 15ல் ஐக்கிய நாடுகளின் பொதுச்சபை அக்டோபர் 2ஆம் தேதியை வன்முறையற்ற நாளாகக் கடைப்பிடிக்க ஏகமனதாகத் தீர்மானித்தது.

உலகில் வன்முறையை ஒழித்து, அமைதியை நிலைநாட்ட மகாத்மா காந்திஜி அவர்கள் அரும்பாடுபட்டதை கௌரவிக்கும் பொருட்டு, அவர் பிறந்த நாளை சர்வதேச வன்முறையற்ற தினமாகப் பிரகடனப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. தனது வாழ்நாள் முழுவதும் அகிம்சையைக் கடைப்பிடித்து, அதன் உன்னதத்தை அனைவருக்கும் உணர்த்திய மகாத்மா காந்திஜி அவர்களின் கொள்கைகளை உலக நாடுகள் அனைத்திற்கும் பறைசாற்றி, அகிம்சையின் மகத்துவத்தை அறியச் செய்ய வேண்டும் என்ற நோக்கில் இந்நாள் கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது.

அகிம்சை, பரந்த மனப்பான்மை, மனித உரிமை, சுதந்திரம், ஜனநாயகம் ஆகியவற்றுக்கு மதிப்பளிப்பது முக்கியம் என ஐக்கிய நாடுகளின் பிரகடனத்தில் தெரிவிக்கப்பட்டது. ■

## உலக கண்ணொளி தினம் (அக்டோபர் 11)

உலக கண்ணொளி தினம் 2000ம் ஆண்டு முதல் ஆண்டுதோறும் அக்டோபர் மாதம் இரண்டாவது வியாழக்கிழமை அன்று கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. பார்வை இழப்பைத் தடுப்பது, கண் தொடர்பான நோய்களுக்கு சிகிச்சை அளிப்பது போன்றவை குறித்து மக்கள் மத்தியில் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதே இந்த நாளின் நோக்கமாகும்.

பன்னாட்டு அரிமா சங்கங்கள் கண் பார்வையின்மையைத் தவிர்க்க உதவும் சில பன்னாட்டு அமைப்புகளுடன் இணைந்து, முதன் முதலில் 1998 அக்டோபர் 8ஆம் நாள் உலக கண்ணொளி நாளைக் கடைப்பிடித்தன. இந்த நிகழ்வுக்குப் பின்னர் உலக சுகாதார அமைப்பின் விசன் 2020 என்ற பன்னாட்டு திட்டத்துடன் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டு, 2000ஆம் ஆண்டு முதல் அக்டோபர் மாதம் இரண்டாவது வியாழக்கிழமையன்று கடைப்பிடிக்கப்பட்டு வருகின்றது.

விசன் 2020 திட்டத்தில் 2020ஆம் ஆண்டளவில் கண்புரை, கண்ணின் உட்புற டிராகோமா, கண்ணில் நீர் வழிதல், குழந்தைகளின் பார்வைக் குறைபாடு, மங்கலான பார்வை, சர்க்கரை நோயால் விழித்திரை பாதிப்பு மற்றும் கண் நீர் அழுத்த நோய் ஆகிய ஏழு நோய்களால் எவரும் பார்வை இழக்கக் கூடாது என்பதைக் கருத்தில் கொண்டு அரசுகள் செயல்பட உலக சுகாதார நிறுவனம் வலியுறுத்தி வருகிறது. ■

# சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டம்

Enabling poor rural people to overcome poverty


சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டம்

**திருமதி. மீனாட்சி ராஜகோபால், இ.ஆ.ப.,**
கூடுதல் தலைமைச் செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர்

**திரு. ஏ. ஆர். கிளாட்ஸ்டன் புஷ்பராஜ்,**
கூடுதல் இயக்குநர்

**திரு. இரா. இரவிச்சந்திரன்,**
தகவல் மற்றும் தொழில் நுட்ப மேலாளர்


## முதன்மைச் செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர் ஆய்வு

சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் முதன்மை செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர் திரு. விக்ரம் கபூர், இ.ஆ.ப., அவர்கள், 21.08.2018 அன்று இராம நாதபுரம் மாவட்டத்தில் திட்டப் பணிகள் தொடர்பாக ஆய்வு மேற்கொண்டார். ஆய்வின் போது இராமநாதபுரம் மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் திரு. ச. நடராஜன், இ.ஆ.ப., அவர்கள், கண்காணிப்பு மற்றும் மதிப்பீட்டு மேலாளர் திரு. செந்தில் குமார், மாவட்ட இயக்க செயலாக்க அலுவலர் திரு. எஸ். குமரேசன் மற்றும் அலுவலர்கள் உடனிருந்தனர்.

ஆய்வின் முதற்கட்டமாக கன்னிராஜபுரம் மற்றும் மூக்கையூர் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு நிர்வாகிகள் மற்றும் சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர் களுடன் கலந்துரையாடினர். தொடர்ந்து சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் மூலம் வழங்கப்படும் நிதி மற்றும் கடன் பற்றியும், அதனைப் பெற்று தங்களின் வாழ்வாதாரத்தை மேம்படுத்திட சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களுக்கு அறிவுரைகள் வழங்கப்பட்டது.

அதன் பின்னர் கன்னிராஜபுரம் மற்றும் மூக்கையூர் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகளுக்கு திட்டத்தின் கீழ் வழங்கப்படும் துயர் குறைப்பு நிதியிலிருந்து பயனாளிகளுக்கு காசோலையை முதன்மை செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர் அவர்கள் வழங்க, ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு நிர்வாகிகள் மகிழ்ச்சியுடன் பெற்றுக் கொண்டனர்.

நரிப்பையூர் ஊராட்சி வேலாயுதபுரத்தில் பனைவெல்லம் தயாரிக்கும் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழு உறுப்பினர்களை அவர்கள் இடத்திற்கே சென்று சந்தித்தார். மேலும் மீனவர்கள் மற்றும் மீனவ பெண்களுக்காக கடலோர பகுதிகளில் உட்கட்டமைப்பு வசதிகளை ஏற்படுத்திட ரூபாய் 1 கோடி மதிப்பில் 15 மீன் உலர் தளங்கள் அமைத்திட திட்டமிடப்பட்டு, பணிகள் நடைபெற்ற வருவதை ஆய்வு செய்தார்.

முதன்மை செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர் அவர்கள் மேற்கண்ட ஆய்வு திட்ட செயலாக்க பணியாளர்கள், கூட்டமைப்பு நிர்வாகிகள் மற்றும் உறுப்பினர்கள் அனைவருக்கும் தங்கள் பணியின் மீது கூடுதல் பற்றும், புது உத்வேகமும் ஏற்படுத்தியது. கடலோர மக்களின் வாழ்வாதாரம் மேம்பட தங்களால் இயன்ற சிறப்பான பங்களிப்பை அளிக்க வேண்டும் என்று மனமார உறுதி கொண்டனர். ■

# முதன்மை செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர் அவர்களின் களப்பணி ஆய்வு – தூத்துக்குடி மாவட்டம்

சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் மூலம் 20.08.2018 அன்று தூத்துக்குடி மாவட்டம், வீரபாண்டியன்பட்டினம் ஊராட்சியில் கட்டி முடிக்கப்பட்ட மீன்வலை பின்னும் கூடத்தினை முதன்மை செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர் திரு. விக்ரம் கபூர், இ.ஆ.ப., அவர்கள் 22.08.2018 ஆய்வு செய்தார்.

அதனைத் தொடர்ந்து பெரியசாமிபுரம் கிராமத்தில் செயல்பட்டு வரும் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுக்களை ஆய்வு செய்து, அவற்றின் பதிவேடுகள் பராமரித்தல், கடன் திருப்ப செலுத்தும் முறை குறித்து உறுப்பினர்களிடம் நேரில் கேட்டறிந்தார்.

இந்த ஆய்வின் போது, 22 கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுக்களைச் சார்ந்த சுமார் 108 நபர்கள் கலந்து கொண்டனர். மேலும் முதன்மை செயலாளர் / திட்ட இயக்குநர் அவர்கள் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழு கடன் தொகையினை தவணை தவறாமல் உரிய காலத்தில் செலுத்தி வருவதைக் கண்டு உறுப்பினர்களை வெகுவாகப் பாராட்டினார்.

மேற்படி ஆய்வில் தூத்துக்குடி மாவட்ட செயலாக்க அலுவலர் திருமதி. வ. சார்லெட் மேரி, கண்காணிப்பு மற்றும் மதிப்பீட்டு மேலாளர், மாவட்ட செயலாக்க அலுவலர்கள் மற்றும் கூட்டு வள மையப் பணியாளர்கள் உடனிருந்தனர். ■

## திட்ட இயக்குநர் பதவி ஏற்பு

சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் திட்ட இயக்குநராக இருந்த திரு. **விக்ரம் கபூர்,** இ.ஆ.ப., அவர்களுக்குப் பதிலாக தற்போது திருமதி. **மீனாட்சி ராஜகோபால்,** இ.ஆ.ப., கூடுதல் தலைமைச் செயலாளர் அவர்கள் கடந்த 29.08.2018 அன்று திட்ட இயக்குநராகப் பொறுப்பேற்றுள்ளார்.

## ஆடு வளர்ப்பு – வருவாய் பெருக்குதலில் பங்கு

காஞ்சிபுரம் மாவட்டம், வாயலூர் கிராமத்தில் வசிக்கும் என் பெயர் கோமதி, எனது கணவர் இறந்து விட்டதனால் சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் கீழ் வழங்கப்படும் சிறப்புக் கடன் (IGA) திட்டத்தின் மூலம் 19.08.2018 அன்று எனக்கு ரூ. 10,000/– கடன் கிடைத்தது. அதனைக் கொண்டு எட்டு ஆடுகள் வாங்கி வளர்த்து தற்போது 15 ஆடுகள் மற்றும் குட்டிகள் உள்ளன. ஆறு மாதத்திற்கு ஒருமுறை சராசரியாக ரூ. 6,000/– வருவாய் கிடைக்கிறது. தற்போது 8 மாதக் கடன் தொகையை நிலுவையின்றி அடைத்து விட்டேன். இந்தக் கடன் கிடைக்காவிட்டால் நான் வெளி நபரிடம் அதிக வட்டிக்கு கடன் வாங்க வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டிருக்கும். இந்த நிலை ஏற்படாமல் கடன் கொடுத்து உதவிய சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்திற்கு எனது நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். ■

– கோமதி, வாயலூர் கிராமம்,
காஞ்சிபுரம் மாவட்டம்.

## மளிகை வியாபாரம் – கூட்டுப் பொறுப்புக் குழு

காஞ்சிபுரம் மாவட்டம், புதுப்பட்டினம் ஊராட்சியில் செயல்பட்டு வரும் பொக்கிஷம் சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்கள் 5 பேர் ஒன்றிணைந்து நெய்தல் மளிகை வியாபாரத் தொழிலை செய்து வருகின்றனர். பயனாளிகள் தங்களின் பங்குத் தொகை ரூ. 7,500/–, பல்லவன் கிராம வங்கியில் கடன் தொகை ரூ. 1,42,500/– என மொத்தம் ரூ. 1,50,000/– கொண்டு கடந்த 02.03.2017 அன்று தொழில் தொடங்கினார்கள்.

இத்தொழிலின் மூலம் ஒவ்வொரு மாதமும் ரூ. 75,000/– முதல் ரூ. 80,000/– வரை வருமானம் ஈட்டி, அத்தொகையிலிருந்து கடன் திருப்பமாக ரூ. 1,09,300/– செலுத்தி உள்ளனர். இக்கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுவின் மூலம் தங்கள் வாழ்வில் ஒளி ஏற்றிய சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்திற்கு தங்களின் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றனர். ■

## ஸ்ரீ முத்து மாரியம்மன் கயிறு உற்பத்தி மற்றும் விற்பனை நிலையம்

கடலூர் மாவட்டம், பச்சையாங்குப்பம் ஊராட்சியில் வசிக்கும் திருமதி. இந்திராணி, திருமதி. வாசுகி, திருமதி. குணசெல்வி ஆகியோர் ஒன்றிணைந்து குறுந்தொழில் தொடங்க சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டம் மூலம் கடந்த 30.04.2013 அன்று ரூ. 3,00,000/- கடனாகப் பெற்று கயிறு உற்பத்தித் தொழில் தொடங்கினர். தற்பொழுது மாதம் ரூ. 10,000/- வரை இலாபம் ஈட்டி வருவதுடன் ரூ. 1,50,000/- மதிப்பில் மின் இயந்திரத்தைக் கொள்முதல் செய்து, அதன் மூலம் தொழிலை மேம்படுத்தி அதிக இலாபம் ஈட்டி வருகின்றனர். ■

## தென்றல் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழு – கீற்று முடைதல் மற்றும் விற்பனை

நாகப்பட்டினம் மாவட்டம், புஷ்பவனம் ஊராட்சியில் வசிக்கும் திருமதி. சந்திரா, திருமதி. வசந்தி, திருமதி. பூங்குழலி, திருமதி. தேன்மொழி மற்றும் திருமதி. அறிவழகி ஆகிய நாங்கள் ஐவரும் கடந்த 25.01.2015 அன்று தென்றல் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழு அமைத்து, NABFINS வங்கி மூலம் 30.03.2015 அன்று ரூ. 1,42,500/-, எங்களின் பங்களிப்புத் தொகை ரூ. 7,500/- சேர்த்து, ரூ. 1,50,000/- கடன் பெற்றோம்.

அந்தத் தொகையில் நாங்கள் ஐந்த பேரும் தலா ரூ. 30,000/- பெற்று உள்ளூர் மற்றும் பட்டுக்கோட்டையில் தென்னம் மட்டை வாங்கி அதைக் கீற்றுகளாக முடைந்து, 100 கீற்று ரூ. 500/- வீதம் மொத்த வியாபாரிகளிடம் விற்பனை செய்து மாதம் ரூ. 8,000/- முதல் ரூ. 10,000/- வரை வருவாய் ஈட்டி வருகிறோம்.

கூலித் தொழிலாளியாக வேலை செய்து வந்த எங்களை முதலாளிகளாக மாற்றி, எங்களது வாழ்வாதாரத்தை உயர்த்திய சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்திற்கு எங்களது மனதார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். ■

– தென்றல் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுவினர்,
புஷ்பவனம் ஊராட்சி,
நாகப்பட்டினம் மாவட்டம்.

# கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுவின் மூலம் ஹாலோபிளாக் (Concrete Bricks) உற்பத்தி செய்தல்

திருவள்ளூர் மாவட்டம், பிரளம்பாக்கம் ஊராட்சியில் வசித்து வரும் திருமதி. ஷோபா, திருமதி. அம்மு, திருமதி. ஜெயலட்சுமி, திருமதி. ரமணி மற்றும் திருமதி. சரளா ஆகியோர் நலிவுற்றிருந்த தங்களுடைய வாழ்வாதரத்தினை மேம்படுத்திட சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் உதவியுடன் ஒன்றிணைந்து அங்காளம்மன் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுவினை அமைத்து, பல்லவன் கிராம வங்கியின் மூலம் ரூ. 2,37,500/–ம், தங்களின் பங்குத் தொகையாக ரூ. 12,500/–ம் சேர்த்து ஆக மொத்தம் ரூ. 2,50,000/–த்தைக் கொண்டு ஹாலோபிளாக் (Concrete Bricks) உற்பத்தி செய்யும் தொழிலினை 28.05.2018 அன்று துவங்கி நல்ல முறையில் நடத்தி வருகின்றனர்.

மாதந்தோறும் ரூ. 1,50,000/–க்கு விற்பனை செய்து, அதில் உற்பத்தி செலவினங்கள் போக மீதம் ரூ. 45,000/– வருவாயாகப் பெற்று வருகின்றனர். தங்களின் நலிந்த வாழ்வாதாரம் தற்போது வளர்ந்து வருவதாகப் பேருவகையுடன் கூறும் இவர்கள் சுனாமிக்குப் பின் நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்திற்கு தங்களின் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றனர். ■

# புதிய குடிநீர் சுத்திகரிப்பு நிலையம் – வானகிரி

நாகப்பட்டினம் மாவட்டம், வானகிரி ஊராட்சியில் 258 குடும்பங்கள் வசித்து வருகின்றனர். இங்கு தரமான குடிநீர் வசதியில்லாத காரணத்தினால் மக்கள் அவதிப்பட்டு வந்தார்கள். இங்குக் கிடைக்கும் குடிநீர் மிகுந்த உவர்ப்பு நீராக உள்ளது.

எனவே சுனாமிக்குப் பிந்தைய நிலைத்த வாழ்வாதாரத் திட்டத்தின் மூலம் அங்கு பின்னோக்கு சவ்வூடு பரவல் அடிப்படையில் குடிநீர் சுத்திகரிப்பு நிலையம் அமைத்திட அனுமதிக்கப்பட்டது. இதற்கு கட்டிட பழுது நீக்கப் பணி, தண்ணீர் சப்ளை மற்றும் மின் இணைப்பு ஆகியவற்றிற்காக ரூ. 4.95 இலட்சமும், குடிநீர் சுத்திகரிப்பு நிலையம் அமைப்பதற்கு ரூ. 6.46 இலட்சமும் ஒதுக்கீடு செய்யப்பட்டது. அதன்படி கட்டிடம் சரி செய்யப்பட்டு, குடிநீர் ஆதாரம் சரியில்லாத காரணத்தினால் புதிதாக மூன்று ஆழ்துளைக் கிணறுகள் அமைத்து, அதிலிருந்து சுத்திகரிக்கப்பட்ட நீர் 1000 லிட்டர் கொள்ளளவு உள்ள தொட்டியில் நிரப்பப்படுகிறது.

ஊராட்சி அளவிலான குழுக் கூட்டமைப்பில் 6 நபர்கள் கொண்ட குழு அமைக்கப்பட்டு, 1 லிட்டர் குடிநீருக்கு 50 பைசா வீதம் விலை நிர்ணயம் செய்யப்பட்டு 15.08.2018 அன்று முதல் மக்களுக்கு குடிநீர் விநியோகம் செய்யப்பட்டு வருகிறது. மக்களுக்குக் குடிநீர் தட்டுப்பாடின்றி கிடைப்பதால் இப்பகுதி மக்கள் பெரிதும் மகிழ்ச்சியடைந்துள்ளனர். ■

# அரையாண்டுத் திட்டமிடல் கூட்டம் – கன்னியாகுமரி மாவட்டம்

கன்னியாகுமரி மாவட்டத்தில் உள்ள தூத்தூர் ஊராட்சி அளவிலான குழு கூட்டமைப்பின் மூலம் 21.08.2018 அன்று அரையாண்டுத் திட்டமிடல் கூட்டம் நடைபெற்றது.

அரையாண்டு திட்டமிடல் நிகழ்ச்சியில், தூத்தூர் ஆரம்ப சுகாதார நிலைய மருத்துவர் மற்றும் அவர்கள் குழுவினரும் சேர்ந்து மருத்துவ முகாம் நடத்தினார்கள். இதில் சுமார் 60க்கும் மேற்பட்டவர்கள் கலந்து கொண்டு பயனடைந்தனர்.

பின்னர் துயர் குறைப்பு நிதி, ஊக்கத் தொகை, காப்பீடு, வருவாய் ஈட்டும் தொழில் போன்ற திட்டங்கள் மூலம் பயன் பெற்ற பயனாளிகள் தாங்கள் பெற்ற பயனைப் பற்றிய தகவல்களை பகிர்ந்து கொண்டது ஏனைய பங்கேற்பாளர்களுக்கு விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதாக அமைந்தது. வங்கி மேலாளர் மூலம் கூட்டுப் பொறுப்புக் குழுக்கள் மற்றும் மகளிர் சுய உதவிக் குழு கடனுதவித் திட்டங்கள் பற்றி விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தப்பட்டது.

மேலும் பிரதம மந்திரி காப்பீடு திட்டத்திற்கு விண்ணப்பிக்கும் முறை பற்றி எடுத்துரைக்கப்பட்டது.

மேலும் கூட்டமைப்பின் மூலம் இதுவரை மேற்கொண்ட பணிகள் மற்றும் செயல்பாடுகள் பற்றியும், இனிவரும் அரையாண்டில் என்னென்ன பணிகள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும் என்பதைப் பற்றியும் விரிவாக விவாதிக்கப்பட்ட பின் கூட்டம் இனிதே நிறைவு பெற்றது. ■

## கண் பார்வை தெளிவடைய...

கணிப்பொறியை அதிகம் பார்த்துக் கொண்டிருப்பவர்களுக்கு கண் பார்வையில் தெளிவின்மை ஏற்படும். சில எளிய பயிற்சிகளை செய்தால் கண் பார்வையை தெளிவாகும்.

இரு உள்ளங் கைகளைக் கொண்டு இதமாக, மென்மையாக உங்கள் கண்களைத் தேய்க்கவும். லேசாக சூடு பரவும் வரை அவ்வாறு செய்த பிறகு, கண்களுக்கு ஓய்வளியுங்கள். வெளிச்சம் குறைவான இடங்களில் இவ்வாறு பயிற்சி செய்தல் நல்லது.

கணினியைப் பயன்படுத்தும் பெரும்பாலானவர்கள் கண்களைத் தொடர்ந்து இமைப்பதில்லை. கண்களை சீரான முறையில் இமைத்து வந்தாலே நல்ல புத்துணர்ச்சி ஏற்படும்.

கணினியில் வேலை செய்பவர்கள் இரண்டடி தூர இடைவெளியை மட்டும் உற்று நோக்கி நாள் முழுவதும் வேலை செய்வதால், தொலை தூர பார்வை குறைபாடு ஏற்படுகிறது. எனவே, 30 நிமிடத்திற்கு ஒரு முறையாவது, ஏதேனும் தொலைதூரத்தில் உள்ள பொருட்களை உற்று நோக்கி பயிற்சி செய்யவும்.

கண்களில் அதிக அழுத்தமோ, எரிச்சலோ உணர்ந்தால், உடனே நன்கு தண்ணீர் ஊற்றி கண்களைக் கழுவுங்கள். பின் 5 நிமிடம் கண்களுக்கு ஓய்வளியுங்கள். இவ்வாறு செய்து வந்தால் கண்களுக்கு அழுத்தம் குறையும்.

வாகனங்களுக்கு லைசென்ஸ் வாங்கச் செல்லும் போது பெரிய 8 போடச் சொல்வார்கள். அதே போல் நீங்களே உங்கள் கண் முன்னே பெரிய எட்டு உள்ளதைப் போன்று பாவித்து, கண்களாலேயே எட்டு போட்டு பயிற்சி செய்யுங்கள். ■

தொகுப்பு – திருமதி. ஜெயந்தி கண்ணன், எம்.ஏ., எம்.எட்.,
முதுகலைப் பட்டதாரி ஆசிரியை,
அரசினர் மேல்நிலைப்பள்ளி, திருவஞ்சேரி,
காஞ்சிபுரம் மாவட்டம்.

## தமிழ்நாடு மாநில அரசு சாரா தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் தன்னார்வலர்களின் ஆதார மையம் (TNVRC) – தேசிய வள மையம் (NRO)

# மாவட்ட மகமையை வலுப்படுத்துவோம்!

உலக வங்கி நிதியுதவி பெற்று செயல்படுத்தப்பட்ட தமிழக அரசின் புதுவாழ்வு திட்டத்தில் கடந்த 2008ம் ஆண்டு முதல் 26 மாவட்டங்களில் மாவட்ட மகமை (மக்கள் கற்றல் மையம்) என்ற மக்கள் அமைப்புகளின் கூட்டமைப்பு உருவாக்கப்பட்டு, கிராம அமைப்புகளான கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கம், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு, சமூக வல்லுனர்கள், தொழில் குழுக்கள் ஆகியவைகளின் பிரதிநிதிகளைக் கொண்டு இந்த மக்கள் கூட்டமைப்பானது கடந்த 2017ஆம் ஆண்டு வரை இரண்டு கட்டங்களாக அமைக்கப்பட்டு சிறப்பாக செயல்பட்டு வந்தது.

2017ஆம் ஆண்டு புதுவாழ்வு திட்டம் நிறைவடைந்ததைத் தொடர்ந்து, அத்திட்டம் தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்துடன் இணைக்கப்பட்ட பின்பு 26 மாவட்டங்களில் உள்ள மக்கள் அமைப்புகள் மற்றும் மாவட்ட மக்கள் அமைப்புகளின் கூட்டமைப்பான மகமையானது, மக்கள் அமைப்புகளை வலுப்படுத்தவும், பிற நிறுவனங்கள் அதாவது அரசு மற்றும் அரசு சாரா அமைப்புகளிலிருந்து சேவை களைப் பெற்று, தாங்களே தனித்து சிறப்புற செயல்படவும் அனைத்து மாவட்ட திட்ட செயலாக்க அலகிலிருந்தும் உதவித் திட்ட அலுவலர்கள் மாநில அலுவலகத் திற்கு அழைக்கப்பட்டு 04.09.2018 அன்று கலந்தாய்வு மற்றும் மகமையை வலுப்படுத்தி அடுத்த நிலைக்கு எடுத்துச் செல்வது குறித்து ஆலோசனைகள் மற்றும் வழிகாட்டும் பயிற்சிக் கூட்டம் TNVRC - NRO மூலம் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டது.

இக்கூட்டத்தில் ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் கூடுதல் செயல் இயக்குநர் (CB) திரு. ஜா. சம்பத் அவர்கள் கலந்து கொண்டு, பல்வேறு ஆலோசனைகளை வழங்கி, மகமையின் தற்போதைய நிலை, அதன் செயல்பாடுகளை ஆய்வு செய்யும் படிவத்தின் அவசியம் குறித்து விளக்கினார். தொடர்ந்து TNVRCயின் CEO திருமதி. தீபா ராஜ்கமல் அவர்கள், திரு. எஸ். வீரபாண்டியன் (SRM-NRO) ஆகியோர் மகமையின் நோக்கங்கள், அதனை அமைத்ததின் அவசியம் போன்றவை குறித்து தெளிவாக விளக்கினர்.

பின்பு 26 மாவட்ட மகமைகளை ஆய்வு செய்வதற்குரிய பொறுப்புகள் அனைத்து மாவட்ட உதவித் திட்ட அலுவலர்களுக்கும் பகிர்ந்தளிக்கப்பட்டு, 5 அணிகளாக TNVRC மூலம் பிரிந்து, மாவட்ட வாரியாக 26 மாவட்ட மகமைகளில் ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது.

இதன் அடிப்படையில் TNVRC அனைத்து மாவட்ட மகமைகளின் அறிக்கை களைப் பெற்று, அவற்றை ஒருங்கிணைத்து, மாநில அளவில் மாவட்ட மகமை ஆய்வு அறிக்கையை தயார் செய்து, தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் முதன்மை செயல் அலுவலர் திரு. பிரவீன் பி. நாயர், இ.ஆ.ப., அவர்களிடம் சமர்ப்பிக்கப்பட்டது.

# சமுதாய வளப் பயிற்றுநர் / சமூக வல்லுநர் தர மதிப்பீடு

தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்கத்தின் கீழ் செயல்படும் CCGC பிரிவானது தமிழ்நாடு மாநில அரசு சாரா தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் தன்னார்வலர்களின் ஆதார மையத்திற்கு (TNVRC) சமுதாய வளப் பயிற்றுநர்கள் / சமூக வல்லுநர்களை தமிழ்நாடு மாநில ஊரக வாழ்வாதார இயக்க வழிகாட்டி கையேடு (2435 நபர்கள்) மற்றும் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு புத்தகப் பராமரிப்புக் குறித்து (5443 நபர்கள்) தர மதிப்பீடு செய்து தர ஒப்பந்த அடிப்படையில் பணி ஒதுக்கீடு செய்யப்பட்டது.

அதன் அடிப்படையில் தமிழ்நாடு மாநில அரசு சாரா தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் தன்னார்வலர்களின் ஆதார மையமானது 2018 ஆகஸ்ட் 2 மற்றும் 3 ஆகிய தேதிகளில், மாநில / மாவட்ட அளவிலான பயிற்றுநர்களுடன் கலந்துரையாடல் செய்து, 5 விதமான மாதிரி வினாத்தாள்கள் தயாரிக்கப்பட்டன.

இறுதியில் வினாத்தாள்கள் அச்சடிக்கப்பட்டு அந்தந்த மாவட்டங்களின் அடையாளம் காணப்பட்ட சமுதாய வளப் பயிற்றுநர்கள் / சமூக வல்லுநர்களின் எண்ணிக்கைக்கேற்ப அஞ்சல் மூலமாக அந்தந்த மாவட்ட மக்கள் கற்றல் மையம் / ஊராட்சி ஒன்றிய அலுவலகம் / மாவட்ட இயக்க மேலாண்மை அலகு ஆகியவற்றிற்கு அனுப்பி வைக்கப்பட்டது.

அதைத் தொடர்ந்து தமிழ்நாடு மாநில அரசு சாரா தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் தன்னார்வலர்களின் ஆதார மையம் தொடர்புடைய மாவட்ட / மண்டல CCGC பணியாளர்களுடன் இணைந்து தேர்வினை நடத்தி, இறுதி செய்யப்பட்டது

நிறைவாக அனைத்து வினாத்தாள்களும் தகுந்த வல்லுநர்களைக் கொண்டு திருத்தம் செய்யப்பட்டு அதில் இயக்க வழிகாட்டி கையேடு (1988), ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு புத்தகப் பராமரிப்புக் குறித்து (5443 நபர்கள்) என மொத்தம் 6419 நபர்கள் தர மதிப்பீடு செய்யப்பட்டனர். அதைத் தொடர்ந்து அனைத்து வினாத்தாள்களின் மதிப்பெண்கள் மற்றும் தர மதிப்பீடுகளும் பதிவு செய்யப்பட்டது.

இதற்கான அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் தமிழ்நாடு மாநில அரசு சாரா தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் தன்னார்வலர்களின் ஆதார மையம் (TNVRC) / தேசிய வள மையம் (NRO) ஆகியன செய்திருந்தன.

Published by by S. CHINNAPPAN, on behalf of MUTRAM SOCIETY From Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd.,
Printed by S. BALASUBRAMANIAN, Works Manager 1, Government Central Press, No. 508, Mint Street, Vallalar Nagar, Chennai – 600 079.
Published from (59,300 Copies circulated) Tamilnadu Corporation for Development of Women's Ltd., Annai Teresa Mahalir Valagam,
Valluvakottam High Road, Nungambakkam, Chennai - 600 034. Editor : S. CHINNAPPAN.

# அனைத்து மகளிர் உயிர்ம வேளாண் சந்தை துவக்க விழா

தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் கீழ் இயங்கும் தமிழ்நாடு மாநில வழங்கல் மற்றும் விற்பனைச் சங்கம் தமிழகம் முழுவதிலுமுள்ள மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்களின் உற்பத்தி பொருட்களை சந்தைப்படுத்தும் வகையில் மாவட்ட, மாநில மற்றும் தேசிய அளவிலான கண்காட்சிகளை நடத்தி வருகிறது.

ஊரகப் பகுதியிலுள்ள மகளிர் சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களில் பெரும் பலானோர் வேளாண்மை மற்றும் அதனைச் சார்ந்த தொழில்களைச் செய்து வருகின்றனர். இவ்வாறு வேளாண் சார் தொழிலில் ஈடுபடும் மகளிர் முன்னேற்றத்திற்காக தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனம் பல்வேறு நடவடிக்கைகளை எடுத்து வருகிறது.

அதன் ஒருபகுதியாக தமிழகம் முழுவதிலும் இயற்கை முறையில் வேளாண் உற்பத்தியில் ஈடுபடும் மகளிர் குழுக்களைக் கண்டறிந்து, அவர்களது உற்பத்திப் பொருட்களை சந்தைப்படுத்தும் வகையில் சென்னை, நுங்கம்பாக்கம், அன்னை தெரசா மகளிர் வளாகத்தில் மாதந்தோறும் முதல் சனி மற்றும் ஞாயிற்றுக்கிழமை களில் 'அனைத்து மகளிர் உயிர்ம வேளாண் சந்தை' (All Women Organic Market) என்ற பெயரில் விற்பனைக் கண்காட்சி நடத்திடத் திட்டமிடப்பட்டு, செப்டம்பர் 01 மற்றும் 02 ஆகிய தேதிகளில் வெற்றிகரமாக நடத்தப்பட்டது.

மேற்கண்ட கண்காட்சியில் அமைக்கப்பட்ட 40 அரங்குகளில் இயற்கை முறையில் விளைவிக்கப்பட்ட கீரை வகைகள், காய்கறிகள், அரிசி வகைகள், தானியங்கள், மதிப்புக் கூட்டப்பட்ட உணவுப் பொருட்கள், மூங்கில் கூடைகள், துணிப் பைகள், பருத்தி ஆடைகள் என 16 மாவட்டங்களைச் சார்ந்த 33 மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் மற்றும் இயற்கை வேளாண் சந்தை அமைப்பை சார்ந்த உற்பத்தி யாளர்களும் தங்களின் அரங்குகளை அமைத்திருந்தனர்.

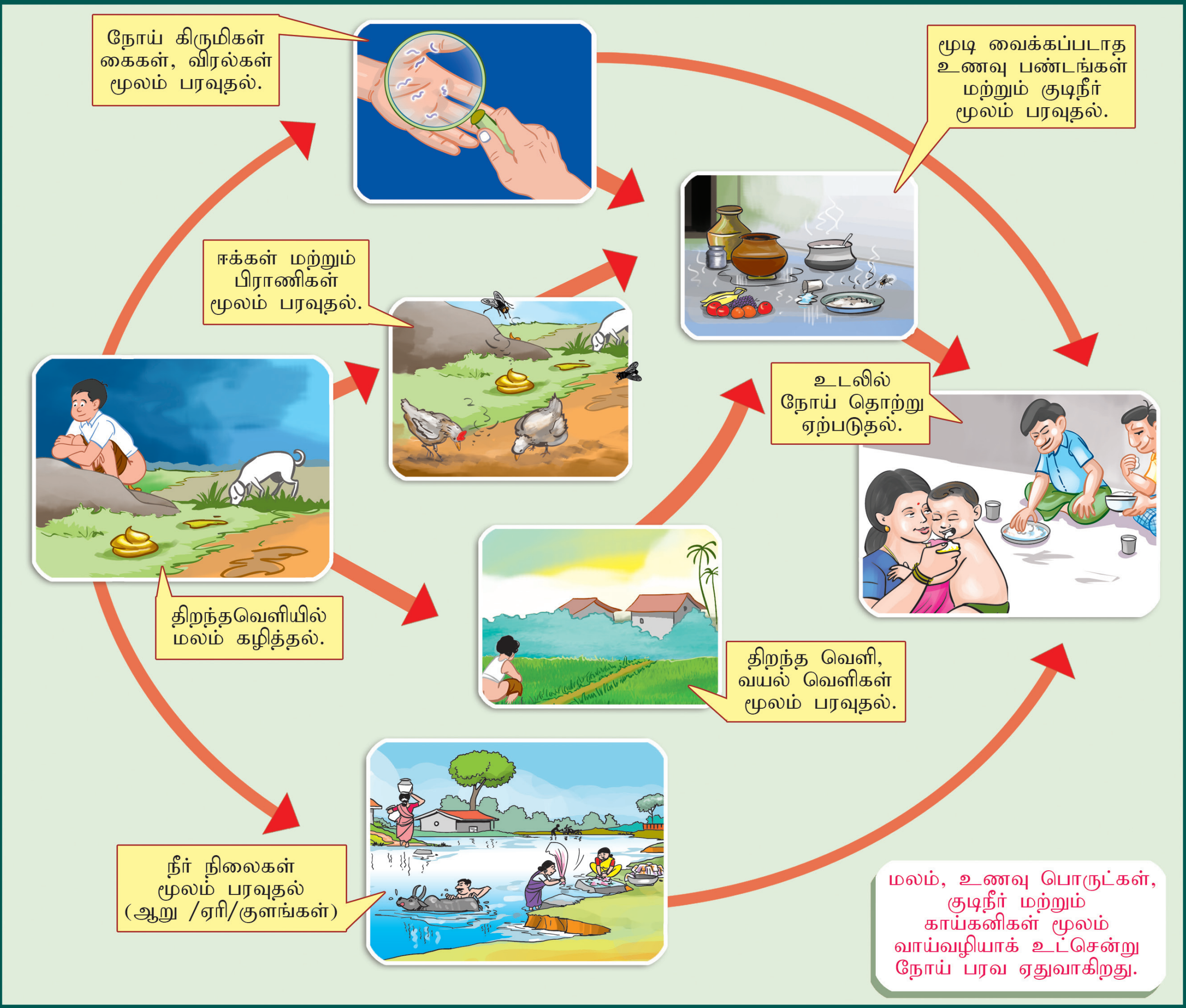
தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மேலாண்மை இயக்குநர் திரு. பிரவீன் பி. நாயர், இ.ஆ.ப., அவர்களின் தலைமையில் நடைபெற்ற இவ்விழாவில் திட்டக் கமிஷன் முன்னாள் துணைத்தலைவர் திருமதி. சாந்தா ஷீலா நாயர், இ.ஆ.ப., (பணி நிறைவு) அவர்கள் சிறப்பு விருந்தினராகக் கலந்து கொண்டு, மாடித் தோட்ட பயிற்றுநர்களுக்கு சான்றிதழ்கள் வழங்கியதுடன், தங்கள் மாவட்டங் களில் சிறந்த முறையில் மாடித் தோட்டம் அமைத்த மாவட்டங்களுக்கு முறையே முதல், இரண்டாம் மற்றும் மூன்றாம் பரிசாக தூத்துக்குடி, சென்னை மற்றும் திருவண்ணாமலை ஆகிய மாவட்டங்களுக்கு விருதுகளை வழங்கி வாழ்த்தி விழா சிறப்புரையாற்றினார்.

இந்நிகழ்ச்சியில் தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் கூடுதல் இயக்குநர்கள் திரு. பா. செல்வராஜன் அவர்கள், திரு. ஜா. சம்பத் அவர்கள் மற்றும் அலுவலர்கள், சுய உதவிக் குழுவினர், பொதுமக்கள் உட்பட ஏராளமானவர்கள் கலந்து கொண்டு சிறப்பித்தனர். ■

RNI No. TNTAM/1999/02733-TAMILNADU MAKLIR MAMPATTU MURTRAM R.DIS 1722 / 2016
Reg. No. TN/CH/(C)/455/2018-2020 & Licensed to Post Under without Prepayment TN/PMG(CCR)/WPP-564 / 2018-2020
Date of Publication : 2nd Week of the every month

# கழிவறை பழக்கம், உடல்வளர்ச்சி, ஆரோக்கியம் மற்றும் அறிவு வளர்ச்சியின் அடையாளம்

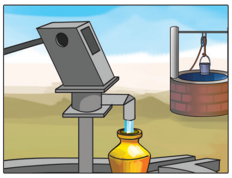
## மலம் வாய் வழி உள் சென்று நோய் பரவும் விதம்



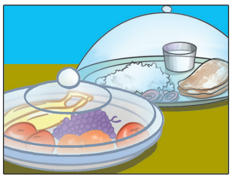

## தவிர்க்கும் வழிமுறைகள்

மலம் கழிக்க கழிப்பறையையே பயன்படுத்துதல்.

கைகளை சோப் உபயோகித்து சுத்தம் செய்தல்.



பாதுகாக்கப்பட்ட குடிநீரை முறையாக சேமித்து பயன்படுத்துதல்.



முறையாக உணவு சுத்தம் பேணுதல்.

**சுகாதாரமாய் வாழ்ந்திடுவோம்! உடல் நலத்தை காத்திடுவோம்!**